

O korygowaniu nawyków spontanicznego ciała (Dewey, Shusterman)

About correcting spontaneous body habits (Dewey, Shusterman)

Numer DOI: 10.2478/v10109-011-0005-7

Robert Dobrowolski

Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu
The University of Physical Education In Wrocław

Streszczenie:

Filozoficzną tradycję wypełnia w dużej mierze historia pogardy wobec cielesności. Także i teraz dla wielu myślicieli ludzkie ciało to przede wszystkim źródło fałszu, zła i szpetoty. Na szczęście filozoficzna refleksja nad ciałem nie wyczerpuje się tylko w retorycznym sporze i znaleźli się teoretycy nie tracący z oczu rzeczywistego przedmiotu swoich dociekań. Richard Shusterman, amerykański neopragmatysta i twórca tzw. somaestetyki, zainspirowany koncepcją „ciało-umysłu” Johna Deweya, doceniając spontaniczny charakter naszej cielesności, przestrzega jednocześnie przed jego przeszacowaniem. Zwraca uwagę na konieczność refleksyjnej kontroli somatycznych automatyzmów, podkreślając przy tym, że potrzeba sprawdzania i ewentualnego korygowania cielesnych nawyków wzrasta zwłaszcza teraz, gdy współczesny człowiek wciągany jest coraz głębiej w wir cyfrowych, wirtualnych światów.

Słowa kluczowe: somaestetyka, cielesny nawyk, „ciało-umysł”.

Abstract:

Philosophical reflection is largely pervaded by the air of contempt for the body. Even now, for many thinkers, the body appears to be the source of deception, evil and ugliness. Luckily, the philosophical reflection does not exhaust itself in rhetorical disputes and some theorists have not lost sight of the real subject of their investigation. Richard Shusterman, an American neo-pragmatist, and the author of the “somaesthetics”, inspired by the John Dewey’s concept of the “body-mind”, appreciating the spontaneous nature of the body, warns us, however, not to overestimate it. He draws our attention to the necessity of the reflective control over the somatic automatisms. He emphasizes the need to scrutinize and, if need be, to rectify the somatic habits, now that the contemporary man is drawn ever deeper into the vortex of the digital, virtual worlds.

Key words: somaesthetics, body habit, “body-mind”.

W przeważającej mierze filozoficzną tradycję wypełnia historia dyskredytacji ciała. Przed abstrakcyjnym trybunałem Rozumu zostało ono określone jako źródło fałszu, zła i szpetoty. Ta niechęć wobec „niskiej materii” utrzymuje się nadal i do tej pory poniżenie własnego ciała wydaje się być dla wielu myślicieli duchowym warunkiem uprawiania filozofii.

Jeżeli jednak uważniej przyjrzyć się nawet najsurowszym obrońcom czystego rozumu, to pod powierzchnią ich ideologicznych deklaracji często dostrzec można wyraźną, zarówno teoretyczną, jak i praktyczną, troskę o ich własną fizyczną kondycję. Jeden z największych oskarżycieli ciała, Platon, wykazywał przecież dużą dbałość o swoją tężyznę. Wprowadzie nad wejściem do jego Akademii widniał wzywający do metafizycznej kontemplacji napis – „Kto nie zna geometrii, niechaj tu nie wchodzi”, to gdy już przekroczyło się ten wysoki próg, znaleźć tam można było specjalnie przygotowane z myślą o filozofach sale gimnastyczne. Nie przypadkiem „Platon” to po grecku tyle co „szerokoplecy”.

Niemniej, utrzymująca się na pierwszym planie retoryka pogardy dla zmysłowości przyczyniła się do teoretycznego niedoszacowania cielesnej natury człowieka. W przeci-

Philosophical tradition is to a great extent filled with the history of discreditation of the body. Before the abstract tribunal of Mind it has been defined as the source of deception, evil and ugliness. That resentment towards “low matter” is still present and until now humiliating one’s body is for many thinkers a spiritual condition for practising philosophy.

However, if we took a closer look at even the most severe defenders of pure mind, we could see that under their ideological declarations there is significant theoretical and practical care for their own physical condition. One of the greatest prosecutors of the body, Plato, took great care of his physical fitness. Above the entrance to his academy there was an inscription saying „Let None But Geometers Enter Here”, but once one entered the academy they would find gyms specially prepared for the philosophers. It is not a coincidence that Plato in Greek means “broad-shouldered”.

However, the dominant rhetoric of resentment towards sensuality contributed to theoretical underestimation of the corporeal nature of man. In contrast to the objectified body, body that is perceived as a kind of objective, soulless ma-

wieństwie do ciała uprzedmiotowionego, ciała ujmowanego jako rodzaj obiektywnej, bezdusznej maszyny, którym tak skutecznie zajęły się nauki przyrodoznawcze, przeżywające, czujące i działające celowo, ciało rzadko kiedy stawało się tematem filozoficznych rozważań.

Nieliczne głosy sprzeciwu popadały przy tym zazwyczaj w odwrotną skrajność, nadmiernie dowartościowując ciało kosztem rozumu.

William James, duchowy ojciec pragmatyzmu, kantowskie „Ja myślę”, twierdzenie będącego idealnym, transcendentnym warunkiem każdego aktu świadomości, zamienił na empiryczne „Ja oddycham”, gdyż dla niego to oddech był oryginalnym źródłem duszy i pierwotnym tchnieniem naszej myśli. Pomimo przesadności tego utożsamienia amerykański myśliciel słusznie upominał się o zapomnianą w świecie zachodniego *ratio* prawdę: na nasze myślenie i naszą aktywność oddychanie wywiera olbrzymi wpływ. „Dyscypliny ćwiczące ciało i umysł, od starożytnej jogi czy zen po współczesną Metodę Feldenkraisa, skutecznie zademonstrowały tę prawdę w praktyce” [1].

Niestety, pomimo tak wysokiej oceny poznawczych i praktycznych możliwości ciała oraz filozoficznej zachęty do poddawania go różnym ćwiczeniom fizycznym, James wykazał się obojętnością, a nawet niechęcią, wobec technik medytacyjnych, mających na celu analizę naszych somatycznych nawyków i ich ewentualną modyfikację. Sądził on, podobnie jak inny wielki filozof ciała, francuski fenomenolog Maurice Merleau-Ponty, że zbytne skupianie się na wewnętrznych odczuciach może rozregulować skuteczną samą z siebie, naturalną motorykę ciała, a nawet może wprowadzić zbyt introwertycznego badacza w stan hipochondrii. Jego zdaniem, zarówno dla dobra naszej moralnej samodyscypliny, jak i naszego poczucia szczęścia, powinniśmy się skoncentrować przede wszystkim na konkretnych, zmierzających do praktycznego celu działaniach, które znacznie łatwiej jest poddać kontroli niż irracjonalne, nieuchwytność odczucia.

James przekonany był, że skuteczność działań nastawionych na zewnętrzne, praktyczne cele sama przez się wywoła w naszych ciałach pozytywne emocje. Aby przeciwić niepożądane stany psychofizyczne (takie jak depresja, strach czy markotność), zamiast pogrążyć się w ich nieprzejrzystości, powinniśmy zatem wytrwale i z rozumem, opanowanym metodyzmem wymuszać na sobie zewnętrzne ruchy, których ekspresja, znaczenie i cele stanowiąc będą odwrotnością tego usposobienia, które chcemy w sobie zmienić. Jeśli więc ktoś jest dotknięty melancholią, niech przeciw niej wykona energiczne ruchy, niech się na przekór uśmiechnie, a po tych podpowiedziach ciało będzie już samo wiedziało do jakich odczuć i uczuć ma dążyć. Jak w przykładzie z *Fenomenologii percepcji* Merleau-Ponty'ego: gdy chcemy zasnąć, układamy swe ciało w embrionalnej pozycji, przyspieszając tym nadejście snu. „W pewnym momencie sen „nadchodzi”, kładzie się na tej jego imitacji, jaką mu proponowałem, udaje mi się stać tym, czym udawałem, że jestem” [2].

Czy jednak ta zbyt ufną wobec autokorekcyjnych możliwości spontanicznego ciała nie sprowadza go na manowce? Skąd pewność, że to bezpieczne ciało nie nabrało złych nawyków?

Odmienne tę kwestię rozstrzygał inny wybitny przedstawiciel pragmatyzmu amerykańskiego, John Dewey. Pelen uznania dla naturalizmu Jamesa, zrównoważył niekonsekwencje jego koncepcji, ujednolicając jego wizję biologicznej *psyche*. Dla podkreślenia swojego całkowitego przekonania o jej istotnej jedności, używał w swych teoretycznych wywodach dwóch zamiennych terminów: „ciało-umysł” i „umysł-ciało”. Wbrew separatystycznym poglądom Jamesa dla Deweya ciało i umysł to nie jakieś uczestniczące w permanentnej negocjacji oddzielne instancje. Wszelka nasza aktywność jest zarazem cielesna i umysłowa, cokolwiek robimy, np. gdy coś spożywamy, to

chine which was frequently a subject of natural history sciences, the body that experiences, feels and acts with a purpose has a rarely been a topic of philosophical considerations.

Few and far between dissenting opinions usually went to extremes, excessively enhanced the value of body at the expense of mind.

William James, the spiritual father of pragmatism, changed the statement of Kant “I think” which was an ideal, transcendental condition of each act of consciousness into “I breathe” since for him it was the breath that was the original source of soul and primary form of our thought. Despite the exaggeration of that identification the American thinker rightly recalled a truth which became forgotten in the world of Western *ratio*: our thinking and our activity are greatly influenced by breathing. “The disciplines exercising body and mind, from ancient yoga or Zen to the contemporary method of Feldenkrais, effectively demonstrate that truth in practice” [1].

Unfortunately, in spite of such high evaluation of cognitive and practical abilities of the body and philosophical encouragement for undertaking various physical exercises, James showed indifference or even resentment towards meditation techniques aiming at analysing our somatic habits and their possible modification. He believed, just as another great philosopher of the body Maurice Merleau-Ponty, that focusing excessively on our inner feelings may disturb natural motor activity of the body which is effective on its own or even lead to hypochondria if the philosopher is too introverted. In his opinion both for the sake of our moral self-discipline and our happiness, we should concentrate mainly on precise actions having a practical purpose, which are much easier to control than irrational, elusive feelings.

James was certain that the effectiveness of the actions focusing on the external, practical aims would on its own accord evoke positive emotions. In order to overcome undesired psychophysical conditions (such as depression, anxiety or glumness) instead of concentrating on their elusiveness, we should persistently, consciously and methodically force ourselves to make external movements whose expression, meaning and purpose will be the opposite of the disposition we want to change in ourselves. Thus if one is melancholic, they should move around energetically to defeat it and smile against all odds and then the body will know on its own at what feelings and sensations it should aim. As in *The Phenomenology of Perception* by Merleau-Ponty: when we want to fall asleep, we assume an embryonic position to facilitate it. “At a certain moment sleep “comes”, lies down on its imitation which I offered, I manage to become what I was pretending to be” [2].

However, does not that excessive trust in self-correcting abilities of the spontaneous body lead it astray? How can we be sure that this ownerless body has not formed bad habits?

John Dewey, another great representative of American pragmatism, perceived that issue differently. He appreciated naturalism of James and balanced the inconsistencies of his concept, unifying his vision of biological *psyche*. To underline his complete conviction of its unity, Dewey used the terms “body-mind” and “mind-body” in his theoretical disquisitions. In contrast to the separatist opinions of James, for Dewey body and mind were not separate units participating in permanent negotiations. All our activity is both corporeal and mental, whatever we do, i.e. when we are eating, that activity is simultaneously influenced by physiological, mental and cultural factors.

It does not mean, however, that body-mind functions always as a harmonious whole, it more of a state we should

w czynności tej działają równocześnie czynniki fizjologiczne, jak i mentalne i kulturowe.

Nie znaczy to jednak, że ciało-umysł funkcjonuje zawsze jako harmonijna całość, to raczej stan, do którego powinniśmy dążyć niż stała cecha naszej kondycji. Dlatego też Dewey w somatycznej introspekcji widział nie tylko, jak James, narzędzie przydatne jedynie dla samego teoretyzowania, ale przede wszystkim – podstawowy środek dla praktycznego ulepszenia zarówno indywidualnego, jak i społecznego życia.

Krytykując jamesowski dualizm, autor *Experience and Nature* zakwestionował pogląd głoszący, że akty woli dokonują się wyłącznie w sferze mentalnej, niezależnie od czynników cielesnych i w przekonywujący sposób wykazał ścisłą zależność między wolitywnym działaniem a cielesnymi nawykami. Według niego podejmowane przez nas inicjatywy są zawsze przejmowane przez nierefleksyjną sferę nawyków. Jeśli są one nieprawidłowe, to pojawiające się w naszej świadomości intencje chybają celu. Bezkrytyczne zaufanie wobec zmysłowej spontaniczności może więc doprowadzić nawet do pogłębienia złych nawyków i w rezultacie – zawęzić pole swobodnej aktywności. W związku z tym wolność naszej woli wymaga świadomej kontroli naszych spontanicznych systemów kinestetycznych.

Potrzeba zwiększenia cielesnej świadomości wzrosła niepomniernie w obliczu gwałtownego rozwoju cywilizacji technicznej. Zawłaszczony przez nowoczesne technologie współczesny człowiek w coraz większym stopniu traci kontakt z naturalnie nabytymi instynktami, a nawet jeśli udaje mu się owo naturalne dziedzictwo zachować, to ukształtowane na jego gruncie nawyki zazwyczaj zawodzą w relacjach ze światem opanowywanym przez logikę cyfrowej, wirtualnej rzeczywistości. „Nie mogąc zaufać nieświadomym i instynktownym mechanizmom naszego ciała, które zostały nabyte w przeciągu trwającej miliony lat adaptacji ewolucyjnej, musimy użyć podarowanej nam przez ewolucję świadomości, aby zreformować nasze cielesne zachowanie i panować nad nim w sposób bardziej racjonalny, rozwijając je zgodnie z kierunkiem ewolucji naszej cywilizacji – ku większej świadomości, racjonalności i kontroli” [3].

Zacytowany Richard Shusterman jest obecnie jednym z najwybitniejszych filozoficznych propagatorów somatycznej refleksji. Zainspirowany w dużej mierze teoretycznymi i praktycznymi dokonaniem Dewey'a i zaprzyjaźnionego z nim bioenergoterapeuty Alexandra, swoje krytyczne badania nad rolą ciała w naszym doświadczeniu rozwija w ramach stworzonej przez siebie dyscypliny, określonej przez niego mianem somaestetyki. Jej teoretyczny, opisowy wymiar jest podporządkowany pragmatycznym celom; analiza czującego, wrażliwego ciała (*soma*) zmierza w niej do wypracowania metodycznych środków poprawy jego zdolności do zmysłowej oceny (*aisthesis*) naszej jaźni i jej otoczenia, czyli innych świadomości i poręcznych lub opornych rzeczy. W swojej somaestetyce wskazuje Shusterman na „istotną rolę ciała w rozstrzygnięciu takich kwestii, jak zagadnienia epistemologiczne (poznanie zmysłowe, samoświadomość – poznanie swoich emocji poprzez obserwacje zachowania ciała), etyczne (ciało jako narzędzie realizacji naszej woli), socjopolityczne (ciało jako „uległy”, „plastyczny” grunt dla represyjnej władzy społecznej) oraz ontologiczne (ciało jako centralny punkt, z którego my sami i nasze światy wzajemnie się określają; ciało jako kryterium osobistej identyfikacji i jako ontologiczna podstawa dla wyjaśniania stanów mentalnych /system nerwowy/)” [4].

Doceniając rolę somatycznych nawyków w naszym codziennym życiu, Shusterman zwraca jednak uwagę na pojawiającą się co jakiś czas konieczność ich świadomej kontroli i ewentualnego korygowania, gdyż bezrefleksyjnie możemy nabierać tak dobrych, jak i złych zmysłowych przyzwyczajeń. Gdy wpadniemy w sidła nieprawidłowych cielesnych automatyzmów odwoływanie się do spontanicznej cielesności może tylko pogłębić kryzys. Skąd mielibyśmy

be aiming at achieving rather than a constant characteristic of our condition. Therefore Dewey perceived his somatic retrospection, as James, not only as a tool useful for theorizing, but mainly as a basic means for practical improvement of individual and social life.

While criticizing James's dualism, the author of *Experience and Nature* questioned the opinion that acts of will occur only in the mental sphere independently on the corporeal factors and convincingly revealed a close correlation between our will and corporeal habits. According to him our initiatives are always taken over by the non-reflexive sphere of habits. If they are incorrect, then the intentions occurring in our consciousness do not achieve their goal. Unquestioning trust in sensual spontaneity may thus lead even to deepening of the wrong habits and result in narrowing of the field of free activity. Therefore freedom of our will requires conscious control of our spontaneous kinaesthetic systems.

The need for improving corporeal awareness increased incredibly in the face of the rapid development of technical civilisation. Especially because modern technologies the modern man loses contact with naturally acquired instincts more and more, and even if he manages to maintain that natural heritage, then the habits based on it usually fail in relations with the world ruled by the logics of digital, virtual reality. “I cannot trust unconscious and instinctive mechanisms of the body which have been formed during the adaptive evolution lasting millions of years, we need to use the consciousness given to us by evolution in order to reform our corporeal behaviour and control it more rationally developing it according to the evolution of our civilisation – towards greater awareness, rationality and control” [3].

Richard Shusterman, quoted above, is at present one of the most remarkable philosophical propagators of somatic reflexion. Inspired greatly by theoretical and practical achievement of Dewey and his friendly bio-energy therapist Alexander, he carries out his critical research on the role of body in our experience within the discipline he created which he calls soma-aesthetics. Its theoretical, descriptive dimension is subordinated to pragmatic goals; analysis of a feeling, sensitive body (*soma*) aims at developing methodical means of improving the abilities for sensual evaluation (*aesthesis*) of our ego and its surroundings, that is other egos and useful or difficult objects. In his soma-aesthetics Shusterman points out “a significant role of the body in settling such matter as, epistemological issues (sensual cognition, self-awareness – learning one's emotions through observing the body's reactions), ethical issues (the body as a means for realising aims of our will) and socio-political issues (the body as a central point based on which we and our world define one another; the body as a criterion of personal identification and as an ontological basis for explaining mental states/the nervous system)” [4].

While appreciating the role of somatic habits in our everyday life, Shusterman pays attention to the occasional need for their conscious control and possible correction since without reflexion we may form both positive as well as negative habits. If we fall into a trap of incorrect corporeal automatisms referring to spontaneous corporeality may only worsen the crisis. How would we know that our intuitive, non-reflexive attempts at getting out of trouble are defeated by false statements of our senses, because of reports distorted by those negative habits which we are trying to eliminate? It is not certain how our spontaneous body without the help of critical awareness would help us find which of the numerous habits require improvement at that moment.

Of course the majority of our actions seem not to require any special consideration, when we walk up the stairs,

wiedzieć, że nasze intuicyjne, bezrefleksyjne próby wyjścia z opresji nie są udaremniane przez fałszywe zeznania naszych zmysłów, przez świadectwa zniekształcone właśnie przez owe złe nawyki, których chcemy się pozbyć? Nie za bardzo też wiadomo jak to nasze spontaniczne ciało bez pomocy krytycznej świadomości zdołałoby nam wskazać, który z jego licznych nawyków domaga się w danym momencie naprawczej interwencji.

Oczywiście, większość naszych działań, nas tzw. zdrowych, zdaje się nie wymagać jakiegoś szczególnego namysłu, gdy wchodzimy po schodach, sięgamy po coś, jemy itp., funkcjonujący automatycznie cielesny schemat zadowala większość z nas. Gdyby było inaczej, centra handlowe musiałyby zrezygnować z ruchomych schodów; wyobraźmy sobie stłoczone u ich podnóży tłumy klientów, z których każdy chciałby wstąpić na pierwszy stopień w pełni świadomie, po starannej lustracji swych cielesnych zdolności.

A jednak Shusterman uparcie obstaje przy swojej tezie o powszechnej użyteczności somaestetycznej introspekcji, zalecając „skanowanie” swojego ciała nie tylko tym, którzy czują się chorzy, ale i tym, którzy wydają się być usatysfakcjonowani sprawnością swoich spontanicznych ciał. Na podobieństwo Ericha Fromma, który twierdził, że pod względem zdrowia psychicznego przeważająca część społeczeństwa jest chora, Shusterman uważa, że zdolność somatycznego czucia i cielesnej autopraktyki u przeciętnego mieszkańca Zachodu jest nieprawidłowa i, że ułomność ta jest zazwyczaj nieuświadomiona.

Chociaż posiadamy wraz z Merleau-Pontym głębokie zrozumienie dla naszego „normalnego” spontanicznego zmysłu cielesnego, myślę, że powinniśmy rozpoznać również, iż ten zmysł jest często w bolesny wręcz sposób nieskuteczny lub dysfunkcyjny. Mogę myśleć, że trzymam głowę w odpowiedniej pozycji w trakcie zamachu w klubie golfowym, chociaż obserwator z łatwością zauważy, że tak nie jest. Mogę być przekonany, że siedzę wyprostowany, podczas gdy w rzeczywistości jestem przygarbiony. Jeśli zostaniemy poproszeni, aby zgiąć się na wysokości izeber, wielu z nas zegnę się w rzeczywistości w talii w pełnym przekonaniu podążania za wskazówką. Próbując stać prosto i wyginając w owym wyproście plecy, większość z nas myśli, że wydłuża swój kręgosłup, podczas gdy w istocie go kurczy. W dyscyplinach somatycznej edukacji wykorzystuje się ćwiczenia świadomości przedstawieniowej, aby zajmować się takimi problemami związanymi z błędnym postrzeganiem i niewłaściwym wykorzystaniem naszych ciał w spontanicznym, habitualnym zachowaniu, które Merleau-Ponty identyfikuje jako pierwotne i opiewa jako cudownie doskonale w normalnych okolicznościach [5].

Dla Shustermana odpowiednie wyostrzenie świadomości somaestetycznej nie jest tylko sprawą polepszenia jakości naszego życia, lecz znajduje ono zastosowanie w teoretycznym i praktycznym wymiarze współczesnej filozofii. Chociaż ten amerykański neopragmatysta krytykował Deweya za fundamentalistyczną próbę uczynienia z doświadczenia somatycznego epistemologicznej podstawy poznania w ogóle, to w pełni zgadzał się z nim co do teoretycznej i praktycznej konieczności uznania wartości niedyskursywnej bezpośredniości dla naszego myślenia. Pod względem praktycznym rekonstrukcja naszych cielesnych nawyków przekłada się na wzmocnienie aktywności intelektualnej. Pod względem teoretycznym – pozwala stawić opór totalitarnym tendencjom współczesnej filozofii do tekstualizacji całej rzeczywistości.

Nie chodzi przy tym Shustermanowi o to, by Słowo stało się Ciałem, ale by cielesny wymiar rzeczywistości nie został pogrzebany pod fałszywą omnipotencją języka i widmowych, abstrakcyjnych znaków.

Niebezpieczeństwo sensualnej deprywacji wzrosło niepomernie wraz z rozwojem technologii cyfrowych.

reach out for something, eat etc. the corporeal scheme functioning automatically satisfies most of us. If it was not so, shopping centres would have to remove escalators; let us imagine the crowds gathering at the bottom of the escalators, where every customer would like to take the first step fully aware, having considered their physical abilities.

However, Shusterman stubbornly defends his thesis about usefulness of soma-aesthetic introspection recommending “scanning” of our bodies not only to those who feel sick, but also to those who seem to be satisfied with the fitness of their spontaneous bodies. Similarly to Eric Fromm who claimed that in terms of mental health the majority of our society is sick, Shusterman believes that the abilities of somatic sensation and corporeal self-practice of an average citizen of a Western country are incorrect and that we are unaware of that impairment.

Even though together with Merleau-Ponty we do possess deep understanding of our “normal” spontaneous corporeal sense, we should appreciate that that sense is also sometimes painfully ineffective or dysfunctional. One may think they hold their head in a proper position while swinging a golf club, while an observer will easily see it is not so. One may be certain that they are sitting straight, while in fact they are slouching. When we are trying to stand straight and we are arching our backs to extend, most of us think we are extending our spine, whereas in fact we are contracting it. In the disciplines of somatic education exercises of perceptive awareness are used in order to solve problems related to incorrect perception and improper usage of our bodies in spontaneous, habitual behaviour which Merleau-Ponty identifies as primary and praises as wonderfully perfect in normal circumstances [5].

For Shusterman proper focusing of soma-aesthetic awareness is not only an matter of improving of the quality of our life, but it is also useful in the theoretical and practical dimension of contemporary philosophy. Even though that American neopragmatist criticised Dewey for fundamentalist attempt to make a somatic experience the basis of cognition on the whole, he strongly agreed with him as far as the theoretical and practical need for recognising the values of non-discursive straightforwardness for our thinking is concerned. In terms of practicality the reconstruction of our corporeal habits translates into strengthening of intellectual activity. In terms of theory – it allows one to resist totalitarian tendencies of the contemporary philosophy for textualising of the whole reality.

Shusterman is not about “the Word become Flesh”, but he wants the corporeal dimension of reality not to be buried under false omnipotence of language and abstractive signs.

The danger of sensual deprivation increased significantly together with the development of digital technologies. The modern man spends more and more time in virtual reality. He barely managed to become familiar with the TV screen and now he is completely absorbed by cybernetic landscapes of computer screens. Overwhelmed by digital ecstasy too easily does man fall for an illusion of freedom from the finite world of matter.

We can replace our appearance by computerised holograms or pictures, we may even invent machines which will press keys on the keyboard and read from the screen. However, we cannot escape from our experienced body with its feelings and excitements, its pains, pleasures and emotions. The body is always present, even during the highest highs of the medial technology. Virtual reality is experienced through eyes, brain, glands and the nervous system [6].

Współczesny człowiek spędza coraz więcej czasu w wirtualnym świecie. Ledwie zdążył zadomowić się w przestrzeni telewizyjnego ekranu, a już niemal bez reszty pochłaniają go cybernetyczne pejzaże komputerowych monitorów. Oszołomiony cyfrową ekstazą, zbyt chętnie ulega on niebezpiecznej iluzji wyzwolenia się od skończonego świata materii.

Możemy zastąpić swoją powierzchowność skomputeryzowanymi hologramami lub obrazami na ekranie, możemy nawet wynaleźć maszyny, które będą za nas naciskać klawisze i czytać z ekranu. Ale nie możemy uciec od doświadczanego ciała z jego odczuciami i pobudzeniami, jego bólami, przyjemnościami i emocjami. Ono jest zawsze obecne, nawet w najwyższych wlotach medialnej technologii. Rzeczywistość wirtualna doświadczana jest za pośrednictwem naszych oczu, mózgu, gruczołów i systemu nerwowego [6].

Piśmiennictwo References

- [1] Shusterman R. *Świadomość ciała. Dociekania z zakresu somaestetyki*. UNIVERSITAS, Kraków 2010, 206.
- [2] Merlau-Ponty M. *Fenomenologia percepcji*. Fundacja Aletheia, Warszawa 2001, 184.
- [3] Shusterman R. *O sztuce i życiu. Od poetyki hip-hopu do filozofii somatycznej*. Wydawnictwo Atla 2, Wrocław 2007, 105.
- [4] Koczanowicz D. *Doświadczenie sztuki, sztuka życia. Wymiary estetyki pragmatycznej*. Wydawnictwo Naukowe DSW, Wrocław 2008, 164.
- [5] Shusterman R. *Świadomość ciała*, 96.
- [6] Shusterman R. *O sztuce i życiu*, 90-91.

Adres do korespondencji: Address for correspondence:

Robert Dobrowolski
ul. Młodych Techników 64/12
53-645 Wrocław

Wpłynęło/Submitted: II 2011
Zatwierdzono/Accepted: III 2011