

EMILIO GARCÍA  
Universidad Complutense de Madrid

Infrastruktura psychologiczna jako spoiwo dyskursu  
o charakterze egzystencjalnym. Manuel Sánchez  
Cuesta, *Calidoscopio de la memoria y la escritura*,  
Ediciones del Orto, Madrid 2015, ss. 142

---

Psychological Infrastructure as a Binder of Existential Discourse. Manuel Sánchez  
Cuesta, *Calidoscopio de la memoria y la escritura*,  
Ediciones del Orto, Madrid 2015, pp. 142

Profesor Sánchez Cuesta oferuje nam w tej publikacji szereg głębokich refleksji dotyczących egzystencji. Obejmują one głównie – co akcentuje tytuł książki – samoświadomość, pamięć i język pisany. Dlatego też chciałbym w swojej recenzji *Calidoscopio de la memoria y la escritura* podkreślić te jej aspekty, które – jako podstawowe – wpływają w sposób szczególny na dynamikę przedstawionych tu rozważań.

Sánchez Cuesta, snując swoje refleksje i rozwijając żywy tok opowiadania, ma nieustannie na uwadze wiele współczesnych osiągnięć psychologii, tym bardziej że te ostatnie stanowią to, co moglibyśmy nazwać infrastrukturą owej superstruktury budującej sens egzystencjalnego dyskursu, który – według słów samego Autora – składa się „z fragmentów życia, pojawiających się i znikających bez podporządkowania jakimkolwiek regułom” (s. 13).

Dlatego moją intencją jest zwrócenie uwagi na wcześniej wzmiankowane aspekty czy perspektywy, ze szczególnym uwzględnieniem psychologicznych podstaw, na których Autor opiera i na których rozwija dyskurs w jego tekście zawarty. W tym celu wybiorę tutaj pewne wypowiedzi, które później skomentuję i ocenię. Pozwoli to Czytelnikowi „odgadnąć” część tych treści, które kryje 30

figur kalejdoskopu życia, z którym mamy do czynienia w książce, gdyż to właśnie Czytelnik będzie podczas lektury musiał dokonać ich połączenia w sposób analogiczny do tego, w jaki łączy poszczególne elementy i scale je w figurę, jaką za sobą skrywają. Oto przykład: „Nasza pamięć gwarantuje ciągłość *ja*” (s. 16).

A zatem jesteśmy pamięcią lub raczej pamięciami. Pamięciami filogenetycznymi, czy też gatunkowymi, przenoszonymi przez nasz kod genetyczny, oraz indywidualnymi pamięciami każdego z nas: pamięciami posiadającymi bardziej nieświadomy charakter i tymi zwerbalizowanymi; pamięciami retrospektywnymi tego, co minęło i co zostało przeżyte oraz pamięciami perspektywicznymi tego, co projektowane i upragnione. W oparciu o nie powstaje nasza tożsamość. Nasze *ja* odznacza się kilkoma cechami charakterystycznymi. Przejawia się ono jako kontynuacja. Doświadczamy siebie jako „tego samego”, który rozpoznaje się w przeszłości, żyje w teraźniejszości i snuje plany na przyszłość. Ale poza tą esencjalną kontynuacją przeżywamy siebie jako jedność w różnorodności odczuć, spostrzeżeń, myśli, motywacji, emocji i uczuć. Inna charakterystyczna cecha *ja* jest związana z cielesnością – czujemy się wcieleni, umocowani w naszym ciele. Przeżywamy siebie jako tych, którzy decydują o naszych własnych działaniach i przedsięwzięciach i jednocześnie je wykonują. Poza tym naszym aktom życiowym towarzyszy samoświadomość i refleksja. Nie można bowiem uchwycić samego siebie poza aktami świadomości.

I Sánchez Cuesta usiłuje poprowadzić nas tymi wszystkimi, skomplikowanymi ścieżkami.

Jedynie wówczas, kiedy wspomnienia przekształcają się w odpowiedź, jaką nasza pamięć daje pewnym prowokującym ją bodźcom, emocje powstające pod ich wpływem stają się ponownie impulsem do działania (s. 63).

Gdzie istnieje *ja*, istnieje historia. *Ja* konstytuuje się i manifestuje na sposób historyczny, a historia wymaga pamięci. Nasz mózg charakteryzuje zdolność do magazynowania informacji o nas samych oraz o otoczeniu naturalnym i społecznym, a także posługiwania się tymi informacjami i używania ich w celu rozwiązywania życiowych problemów. Funkcjonowanie pamięci jest związane z sieciami połączonych ze sobą neuronów. Informacje te są zapisywane od etapu życia płodowego, ale konstytuują się w osobistą historię jedynie dzięki językowi. I w ten sposób wyłania się *ja*. Historii niezbędny jest kod językowy, pamięć epizodyczna i semantyczna. Przedstawienia semantyczne konstytuują ogólnie, posiadane przez nas poznanie świata, ale – w przeciwieństwie do pamięci epizodycznej – nie zawierają informacji związanych z kontekstem czasoprzestrzennym, w którym miało miejsce ich kształtowanie. Pamięć epizodyczna jest pamięcią tego, co zostało przeżyte osobiście. To dzięki niej posiadamy świadomość tego,

kim jesteśmy i uświadamiamy sobie to, co zachodzi w naszym życiu oraz fakt, że żyjemy w określonym czasie i miejscu. Dzięki pamięci epizodycznej, czy też autobiograficznej, możemy myślowo przenosić się do wypadków, które miały w naszym życiu miejsce w przeszłości oraz antycypować nasze przyszłe osobiste zamierzenia. Istnieje ściśle powiązanie pomiędzy ontogenezą pamięci biograficznej i rozwojem teorii umysłu. Tylko dzięki pamięci osobistej możliwa jest kontynuacja, spójność i spistość życiowych doświadczeń oraz odniesienie ich do świata zewnętrznego, własnego umysłu i samoświadomości.

A więc w *Calidoscopio de la memoria y la escritura* mamy do czynienia ze wszystkimi tego rodzaju pamięciami, które Autor objaśnia nam językiem jasnym i prostym, ale nie pozbawionym metafor i poetyczności.

„Życie przeżywa się jedynie w terażniejszości” (s. 18). Życie to ciągłe następstwo istniejących chwil. Jednakże nasz umysł nieustannie przenosi nas do przeszłości i przyszłości, do wspomnień tego, co przeżyliśmy w przeszłości lub też do planów i celów, jakie pragniemy zrealizować w przyszłości, bez względu na to, czy są one mniej czy bardziej odległe. Te nieustanne wędrówki umysłu nie pozwalają nam zatem poświęcać całej uwagi jedynie terażniejszości. Jeśli uda nam się powstrzymać te myślowe przeskoki i skoncentrować się na tym, co robimy, możemy ze spokojem obserwować, co się z nami dzieje, kontemplować nasze myśli i uczucia oraz spojrzeć na życiowe problemy z innego punktu widzenia.

W książce widzimy wyraźnie te momenty spokoju i wyciszenia, które są niezbędne przy każdej refleksji. Dlatego Autor nawołuje do przeżywania życiowej terażniejszości, która koncentruje tutaj i teraz wszystkie wątki naszej indywidualnej historii.

„Nasze ciało sytuuje nas w rytmie życia” (s. 103). Kiedy nic nam nie dolega, nasze ciało nie wymaga zbytnej uwagi z naszej strony. Kiedy jednak chorujemy, kiedy nie czujemy się dobrze, myśli dotyczące naszych ograniczeń i cierpień fizycznych dokonują inwazji na nasz umysł i absorbują go w sposób niekiedy obsesyjny. Symptomy te domagają się naszej uwagi dlatego, żeby zakomunikować nam, że coś zachodzi nie tak, jak powinno i jeśli nie słuchamy tych nawoływań ani nie odpowiadamy na sugestie, symptomy mogą się nasilić. Ale zwracanie na nie uwagi nie musi oznaczać popadnięcia w obsesję czy jakiegoś szczególnego niepokoju. Nasz umysł nieustannie transferuje myśli i uczucia, gdyż taka jest jego natura. Jeżeli pozwolimy, by nasze przeżycia swobodnie przepływały przez umysł i powstrzymamy się od ich osądzania i wartościowania, uzyskamy pewien dystans pomiędzy naszym *ja* i tym, co zawiera nasza świadomość, co może przynieść pożytek naszemu funkcjonowaniu.

„Opowiadanie raz rozpoczęte nie zatrzymuje się” (s. 54). Rozpoczynając opowieść, podporządkowujemy się pamięci i wyobraźni. Bez względu na to, czy mamy

do czynienia z tekstem pisany czy mówiony, opowiadanie nasze biegnie po obszarach realnych lub wymyślonych, tych, których pragniemy i tych, których wolelibyśmy unikać. Umysł ich nie różnicuje, ubiera je w słowa i – jak mówi profesor Sánchez Cuesta – umieszcza je na tej samej płaszczyźnie po to, żeby czas, ojciec zapomnienia, nie uśpił ich głębokim snem, tym bardziej że kronika, która musi odzwierciedlać nasze życie, tworzona jest w oparciu o właściwe ich połączenie. Czytanie i pisanie to bardzo złożone procesy umysłowe, wymagające aktywności wielu części naszego mózgu. Tych, które odpowiedzialne są za sferę językową, za poszczególne rodzaje pamięci, za emocje i uczucia, za uwagę, za planowanie i kontrolę, za aktywność praktyczną. Kiedy czytamy lub piszemy, poszczególne sfery naszego mózgu wykazują taką samą aktywność, jaką wykazywałyby podczas rzeczywistego przeżywania tego wszystkiego, o czym opowiadamy. Czytając, symulujemy myślowo sytuacje przedstawione w opowiadaniu i dlatego zarówno czytanie, jak i pisanie są dla umysłu tym, czym fizyczne ćwiczenia dla ciała – tymi rodzajami aktywności, które angażują całość naszego mózgu.

I to właśnie w *Calidoscopio de la memoria y la escritura* odnajdziemy fundamentalne refleksje na temat podstawowych obszarów życia ludzkiego i kluczowych problemów naszej egzystencji, na które napotykamy zarówno na nieświadomym poziomie emocji, jak i na poziomach świadomych i zwerbalizowanych.

*Z języka hiszpańskiego przetłumaczył Krzysztof Polit*