

## Model PONAD – Potrzeb Opartych NA Duchowości

Marek Pietrachowicz (Strefa Zrozumienia)

Warszawa, czerwiec-sierpień 2020

### Wstęp

Istnieje utarty i mniej więcej ustalony w środowisku psychologów pogląd na to, czym są potrzeby człowieka. Cytując Stanisława Sieka z III rozdziału jego przeglądowej pracy książkowej „Wybrane metody badania osobowości”:

*Większość autorów zajmujących się problematyką potrzeb psychicznych lub sił im równoważnych: popędów czy instynktów, traktuje je jako dynamiczne siły czy dyspozycje osobowości, które są cechami osobowości. Stanowisko takie zajmuje Allport, Murray, Cattell, Gulliford, Obuchowski. (...) Najprostszą definicją potrzeby psychicznej, z jaką spotykamy się na gruncie psychologii jest określanie tej zmiennej osobowości jako stanu napięcia domagającego się rozładowania.*

Zdaniem autora niniejszego opracowania, przedstawione tu stanowisko opiera się na dwóch wysoce kwestionowanych założeniach.

Po pierwsze, potrzeby wyprowadzane są od „popędów czy instynktów”, a zatem w typowo freudowskim rozumieniu sublimacji popędów od dołu do góry, ku coraz to subtelniejszym formom ich zaspokajania. Autor nie zgadza się z tym założeniem i uważa, że kierunek potrzeb i ich organizacji w człowieku jest zstępujący, od poziomu transcendencji, aż do potrzeb czysto zwierzęcych. To nie chęć zaspokojenia potrzeby organizuje nam życie, czyniąc nas podobnymi do konkurujących o żer zwierzątek, ale to pewien wyższy porządek – prawo naturalne – człowieka organizuje i uporządkowuje jego potrzeby, od najwyższych do najniższych w pewną hierarchię, niezbędną do odczuwania poczucia wartości, godności i sensu życia.

Po wtóre zaś, zdaniem autora, nie do utrzymania jest założenie o potrzebie jako „stanu napięcia domagającego się rozładowania”. Pozostając natomiast w zgodzie z koncepcją Jana Marii Bocheńskiego, do przyjęcia jest założenie, że oprócz zaspokajania, potrzeby wyrażają się w woli ich *zażywania* – trwania w danym stanie i udoskonalania, pogłębiania go. Tak właśnie jest z potrzebą posiadania, znaczenia, piękna, przyjaźni, miłości. Żadnego z tych pojęć nie mamy po krótkim czasie dosyć (a jeśli tak, to stwierdzamy, że potrzeba ta nie była od początku dobrze rozpoznana i trafiona; była płytka i niepoważna, nieprzemyślana – „kto przestaje być przyjacielem,

nigdy nim nie był”; podobnie z miłością, relacją). Jeśli dobrze spędzamy z kimś czas, to nie mamy go wkrótce dosyć i chcemy go już opuścić (jak ma to miejsce z organicznymi, cielesnymi potrzebami, opartymi o zaspokajanie chwilowego braku), ale chcemy przedłużyć ten czas i rozwijać tę znajomość (oczywiście, rezerwując sobie zarazem niezbędną przestrzeń na prywatność i samotność). Wyraźnie widać, że tego typu potrzeby, podobnie jak potrzeba Boga, nie mają charakteru zaspokajania i likwidacji napięcia – a więc i zainteresowania obiektem popędu – ale mają ewidentnie charakter *zażywania* tej czynności lub relacji, a zatem trwałego i pogłębionego trwania w niej.

## 1. Intuicje i podstawy modelu wynikające z teologii

Święty ojciec Ignacy de Loyola swoje *Ćwiczenia Duchowne* opiera na niewzruszonym przekonaniu, że centralną osobą wszechświata jest Bóg i to służbie „Jego Boskiemu majestatowi” podporządkowane winny być wszelkie „zamiary, decyzje i czyny” człowieka. Spośród celów, On jest celem najwyższym i uporządkowującym wszelkie inne motywacje i przedsięwzięcia. Hierarchia motywacji wg Św. Ignacego uderza swą klarownością. Cytując art. 23 *Ćwiczeń*, czyli Fundament:

*Człowiek został stworzony, aby Boga, naszego Pana, wielbił, okazywał Mu cześć i służył Mu – i dzięki temu zbawił duszę swoją. Inne rzeczy na powierzchni ziemi stworzone zostały dla człowieka i po to, by mu służyć pomocą w zmiernaniu do celu, dla którego został stworzony. Wynika z tego, że człowiek powinien ich w takim stopniu używać, w jakim go wspomagają [w zmiernaniu] do jego celu, a w takim stopniu powinien się ich pozbywać, w jakim mu [w dążeniu] do celu przeszkadzają.*

„Troszczysz się i niepokoisz o wiele, a tymczasem potrzeba mało, albo tylko jednego”, ujmie to dobitnie Chrystus w rozmowie z Martą i Marią (Łk 10,41-42).

A oto nauka św. Maksymiliana Marii Kolbego na ten sam temat:

*Podobnie ma się i z celem ostatecznym człowieka, do którego wszystko w życiu ma mu posłużyć jako środek. Musi on zaniechać tego wszystkiego, co się ostatecznemu celowi sprzeciwia i musi używać środków, które doń prowadzą. Wszystkie najrozmaitsze cele w życiu o tyle mają wartość, o ile prowadzą do celu ostatecznego. Jeśliby od niego ododziły, to chociażby były skądinąd bardzo pociągające, są szkodliwe i musimy się*

*ich wyrzec. Tak więc musi być pewna trudność i ciężkość w dążeniu do celu, a zwłaszcza gdy chodzi o najważniejszy cel, cel ostateczny.*

Kolejny wielki mistyk i uczony, Św. Jan od Krzyża, każe nam na kartach swej *Pieśni Duchowej* osądzić, czy nie szukamy aby siebie – swoich celów – w Bogu, próbując zaangażować Go do spełniania naszych planów, czy też – jak być powinno – szukamy Boga i Jego celów w sobie, odkrywając Jego plan i obecność w wydarzeniach naszego życia (na podobieństwo zakopanego skarbu, którego położenia zapomnieliśmy).

Autor niewielkiej książeczki *O Naśladowaniu Chrystusa*, o której zwykle się mawiać, że nawróciła ona (odmieniła życie) większej liczbie osób, niż ma stron, Tomasz a Kempis, formułuje podobną myśl następująco: kochać drugiego człowieka dla Chrystusa, a Chrystusa dla Niego samego (księga II, rozdział VIII).

Współgra to w oczywisty sposób ze starotestamentalnym wezwaniem, potwierdzonym przez Jezusa, a mianowicie, „będziesz miłował Pana swego, Boga całym swoim sercem, całą swoją duszą, całą swoją mocą i całym swoim umysłem” (Łk 10, 27). Św. Paweł doda, wspominając słowa Pana, że „więcej jest radości w dawaniu, aniżeli w braniu” (Dz 20, 35) i można te jego słowa odnieść do zagadnienia, kto w naszym życiu zajmuje centralne miejsce, na kogo pada snop światła naszego skupienia, wokół czego koncentrujemy nasze wysiłki i po co, dla kogo żyjemy. Mając trudność w odpowiedzi na pytanie: po co żyć, należy sobie zadać pytanie: dla kogo żyć – uczy papież Franciszek.

Twórca współczesnych Monastycznych Wspólnot Jerozolimskich, Pierre-Marie Delfieux, w pierwszych artykułach swej *Księgi Życia*, poświęconych miłości, zaleca:

*1. Całą swoją istotą przyjmuj miłość, którą Bóg pierwszy cię obdarza. Trwaj zawsze w tej pewności – jedynej zdolnej nadać sens, moc i radość twojemu życiu (...). Pierwszym twoim obowiązkiem (...) jest nieustanne przyjmowanie Jego miłości. 2. Umocniony tą łaską, ty także miłuj Pana (...)*

a następnie przytacza wspomniane już przez nas słowa z Ewangelii o miłowaniu Boga całym sercem, umysłem, duszą. Dalej udziela wskazówek co do miłości innych i siebie:

*4. (...) Nie możesz bowiem mówić, że miłujesz Boga, którego nie widzisz, jeśli nie miłujesz brata lub siostry, z którymi się spotykasz. 5. (...) Tym lepiej będziesz kochał twych braci i siostry, im lepiej będziesz potrafił kochać samego siebie. Jeśli sam jesteś zjednoczony, będziesz jednoczył. Jeśli masz w sobie pokój, będziesz pokój wprowadzał.*

(...) Kochaj samego siebie aż do zapomnienia o sobie. Istnieje miłość, która bierze; miłość, która się dzieli; miłość, która daje i wreszcie miłość, która samą siebie składa w ofierze.

Ch. A. Bernard w dziele *Theologia Spirituale* opisuje trzy stopnie miłości (cytaty pochodzą z: Lorenzo Sales, *Traktat o maleńkiej drodze miłości*, Ordo 2007):

- Miłością *doskonałą* jest ta, która miłuje Boga dla Niego samego i cieszy się tylko Nim. Poprzedzają ją dwa inne stopnie miłości: *początkująca* i *postępująca*.
  - Miłość początkująca (...) kieruje się przede wszystkim bojaźnią Bożą, czyli bojąc się obrazić Boga, który jest Miłością;
  - Miłość postępująca ćwiczy się w cnotach i jest w tym podtrzymywana nadzieją nagrody.
- Aktów doskonałej miłości można dokonywać spełniając wszystkie nasze uczynki, nawet te najskromniejsze i te, które same w sobie są obojętne, jedzenie, picie, spanie – po to, aby przez nie okazać Bogu naszą miłość (por. 1 Kor 10, 31).

## 2. O rugowaniu paradygmatu nadprzyrodzonego ze współczesnej psychologii i jej modeli

Rzeczywistość Objawienia jest rzeczywistością zstępującą z góry ku dołowi – z Niebios na ziemię. Bóg stał się naszym rodzicem, dalej wychowawcą i nauczycielem, a ostatecznie pociągnął nas ostatecznym przykładem swojego życia i śmierci oraz powstania. Pociągnął nas ku sobie „ludzkimi więzami, a były to więzy miłości” (Oz 11,4). Jest to zatem naturalny kierunek, jaki powinny odtwarzać modele psychologiczne, jeśli chcą zgadzać się ze stanem rzeczywistym. To tylko marksistowski dyskurs habermasowski usiłuje wprowadzić zamęt równości i równowartości opinii, wrażenie mnogości prawd, a zatem równoważności często sprzecznych ze sobą lub bardzo słabo skorelowanych teorii psychologicznych. W rzeczywistości prawda jest jedna i „leży dokładnie tam, gdzie leży” – a mianowicie w zgodności ze stanem rzeczywistym, z porządkiem Stworzenia i Objawienia. Można podchodzić do prawdy z różnych pozycji, zbiegać do niej z rozmaitych kierunków, ale skutek dążenia ku sednu musi być jeden i wspólny, to jest zbieżny. Na podobieństwo teorii Masłowa o hierarchii potrzeb, transcendencja oddziałuje na człowieka, tworząc podglebie do samoaktualizacji, poczucia piękna, poznania siebie, a w konsekwencji dla intelektu i relacji.

Dzisiejsze modele budowane są jednoznacznie i wyraźnie w sposób zrywający z transcendencją. Brane pod uwagę są tylko pierwsze piętra piramidy potrzeb, z jej popędami, nawykami i schematami poznawczymi, zupełnie jakby pozostałe zostały zasłonięte chmurami. Nawet „nowoczesna” filozofia pozytywna Carla Rogersa, zbudowana na buddyźmie Zen, zachęca

człowieka do sięgania w głąb siebie i odnajdywania tam samego siebie, samo-aktualizacji i samodoskonalenia, w oderwaniu od takiego sensu i hierarchii istoty ludzkiej, które by pochodziły z zewnątrz, spoza człowieka i społeczności ludzi. Rozum dla współczesnego psychologa stał się Bogiem. Zbuntowany przeciw Bogu umysł nie chce się podporządkowywać rzeczywistości, on chce o niej decydować samemu. Zamiast odwzorowywać i opisywać prawdę, neo-lewicowa psychologia kreuje prawdę, przetwarza ją wedle własnego projektu („plastyka społeczna” J. Beuysa<sup>1</sup>). Ten ubolewania godny stan rzeczy miał swoje prąźródło w teorii Freuda, którego „grzechem głównym” było sprowadzenie całości doświadczenia ludzkiego, jego doznań, do konstruktów umysłu, a sednem – zaspokajanie popędów libido. W ten sposób duchowość stała się w naszym pojęciu wytworem umysłu (mimo, że jest praktycznie na odwrót) i wszystko co wzniosłe, ma stanowić jedynie sublimacje pierwotnych popędów. Ochocho podjęty przez neomarksizm frankfurcki<sup>2</sup> (freudomarksizm głoszony przez Reicha i przejęty przez Fromma), zakwas ten rozlał się po wszelkich naukach społecznych i zadał – ów celowo ułomny – paradygmat naszemu myśleniu. Moralność, która osądza nasze uczynki, nie jest według niego absolutna, lecz zależy od kultury, okoliczności, itd. Tym samym, system władzy duchownej, który przez stulecia porządkował i temperował poczynania władzy świeckiej i doprowadził do rozwoju oraz niespotykanej przewagi cywilizacyjnej kraje średniowiecznego katolicyzmu, został porzucony i obalony. Protestantyzm zlał ze sobą obie władze, czyniąc monarchie absolutnymi i nieograniczonymi w swym wyzysku. Katolicka zasada rozdziału Kościoła od państwa, która w swej pierwotnym sensie wyraża obowiązek i konieczność kontroli władzy świeckiej przez duchową, piórami oświeceniowych neopogan, a potem marksistów (dialektyka marksistowska), zamieniła się w coś odwrotnego – w zasadę rugowania religii katolickiej z przestrzeni publicznej (na marginesie zauważmy, że niezgodnie z obowiązującą w naszym kraju konstytucją i porządkiem prawnym, który nie przewiduje podobnego pojęcia, a przeciwnie, wprowadza zasadę *swobody publicznego wyznawania wiary* i wyznacza regułę *współdziałania Kościoła i władz państwowych*).

A przecież rozwój cywilizacyjny człowieka zaczął się i był stymulowany właśnie przez duchowość (ściślej: religijność), na co niezbiecie wskazują odkrycia archeologiczne w Göbekli Tepe<sup>3</sup>. Pierwsze osiedla wyrastały wokół sanktuariów religijnych, a to wymusiło dalsze eksperymenty z uprawą żywności i jej składowaniem, czyli wyzwoliło rolnictwo, hodowlę i osadnictwo – wbrew powszechnie uznawanym tezom marksisty Childe'a („Man Makes Himself”, 1937).

---

1 <http://www.historiasztuki.com/pl/strony/020-00-00-ANTYKULTURA.html>. Dostęp 27.06.2020.

2 Krzysztof Karoń, *Historia Antykultury*, Warszawa 2018.

3 Andrew Curry, *Gobekli Tepe: The World's First Temple?*, Smithsonian Magazine 2008.

Aby nie wydać się gołosłownym wobec stwierdzenia o jednoznacznym rugowaniu transcendencji z modeli psychologicznych, autor prosi o poświęcenie czasu na skrótowy przegląd i zwrócenie uwagi na obowiązujące współcześnie i powszechnie uznane teorie dotyczące osobowości i potrzeb ludzkich. Czytelnik zauważy, że sięgają one tylko do pewnej wysokości piramidy motywacji i są na niej sztucznie ucięte. Wszystkie przykłady poza ostatnim pochodzą z II i III rozdziału przeglądu Stanisława Sieka<sup>4</sup>.

Jako poziom odniesienia przyjmujemy przyjmowaną przez cały świat psychologii współczesnej teorię A. Masłowa hierarchii potrzeb<sup>5</sup> (1971), która uwzględnia transcendencję jako szczyt piramidy potrzeb (Maslow sam nie używał symbolu graficznego piramidy). Hierarchii potrzeb we współczesnym ujęciu A. Masłowa i ich współoddziaływaniu autor poświęcił osobną pracę, której streszczenie w języku angielskim znajduje się w kwartalniku *Fides et Ratio*<sup>6</sup>.

- Kwestionariusz T.G. Grygiera jest zbudowany w oparciu o paradygmat psychodynamiczny i wywodzi wszystkie potrzeby ludzkie (oraz ich sublimacje) z doświadczeń i konfliktów seksualnych dziecka. Mamy więc w nim charakterystyki analne, oralne i falliczne.
- H.A. Murray. Na 27 opisywanych przez niego potrzeb, zaledwie trzy, 23, 24 i 27, nie dotyczą pierwszych trzech pięter hierarchii Masłowa – fizjologii, bezpieczeństwa i afiliacji – które to piętra współdzielimy ze zwierzętami (ze specyficznym dla człowieka wyrafinowaniem i komplikacją).
- Autoportret M.I. Steina, zbudowany w oparciu o teorię Murraya, opisuje 25 potrzeb opatrzonych literami od A do Z, z których ani jedna nie dotyczy czegokolwiek powyżej czwartego piętra (z ośmiu) hierarchii Masłowa.
- Kwestionariusz G. Sterna ma środek ciężkości w seksualności i sado-masochizmie, wokół których oscyluje, ale zdarza mu się dotknąć wyższych potrzeb (Potrzeba poznawcza – 10 na 300 pytań oraz zainteresowania przyrodniczo-fizyczne – kolejne 10 pytań). Pozostałe pytania lokują się ponownie w pierwszych czterech piętrach piramidy Masłowa.
- Kwestionariusz Potrzeb (Katarzyna Ludka<sup>7</sup>, UW). Autorka zastosowała nieświadomie lub celowo manipulację, odwołując się do modelu A. Masłowa z lat 1940., który autor poprawił w pracy wydanej w 1971, a poprzedni model uznał oficjalnie za nieprawdziwy. Model ten ma tylko pięć pięter i kończy się na samo-rozwoju (samo-aktualizacji) człowieka. Nie

4 Stanisław Siek, *Wybrane metody badania osobowości*, Wydawnictwa ATK, 1993.

5 Abraham H. Maslow, *The Farther Reaches of Human Nature*. New York: Viking. (1973) England: Penguin Books (1971).

6 Marek Pietrachowicz, *The SUPER-Z (Scheme for Ulterior Processing and Emotive Regulation of Zest) model – on the conflict between pleasure and gratification in personal development. A proposal for a new theoretical model*, *Fides et Ratio*. Kwartalnik Naukowy, 2019, nr 1(37), 345-364.

7 <http://www.platformatestow.pl/files/files/Kwestionariusz%20Potrzeb%20-%20podrecznik.pdf>. Dostęp 24.06.2020.

wzbudziło to alarmu ze strony znakomitych skądinąd recenzentów jej kwestionariusza, sław uniwersyteckich w obszarze psychometrii.

Istnieją próby przywrócenia duchowości i religijności polu spojrzenia psychologii współczesnej (por. Niejodek, Gruszczyńska<sup>8</sup>). Jednak nawet tam religię traktuje się nie tyle jako siłę zewnętrzną wobec psychologii, całościowo uporządkowującą życie i nadającą mu ton i smak, ale li tylko jako jeden z wymiarów osobowości (redukcja), bądź jako obszar terapii (instrumentalność).

Tymczasem relacji z Bogiem nie da się zredukować do mechanizmów emocjonalno-poznawczych (jakkolwiek korzystamy przy niej z mózgu, który jest punktem dostępu duszy do materii<sup>9</sup>), psychologia może jedynie starać się opisywać, na tyle poprawnie na ile zdoła, dynamikę i wpływ tej rzeczywistości, jej rzutowanie na kwestie motywacji, ocen moralnych, życia uczuciowego. Zaś fakt, że nie obserwujemy większego wpływu duchowości na funkcjonowanie danej jednostki nie należy uznawać za jej wolny wybór, równocenny z innymi i dowolną opcję, a tym mniej za stan pożądany – co raczej za defekt jej poznania i efekt celowego deprawującego działania (być może wychowawców, środowiska), aby tę naturalną i konieczną dla kształtowania się umysłu osoby rzeczywistość duchowości przed nią zakryć i zasłonić. Uważamy, że dotknięci marksizmem psychologowie, będący grupą społeczną nieproporcjonalnie – nienaturalnie? – niereligijną w stosunku do całości społeczeństwa (34% wobec 94% w przypadku Amerykanów, dane za artykułem [8]), winni otworzyć się na prawdę o człowieku, zamiast kreować i podtrzymywać sztuczny obraz świeckiej, samo-doskonalącej się ludzkości (człowiek jako dobry sam z siebie, bez wychowywania – podstawowy błąd psychologii pozytywnej), z duchowością stanowiącą jedynie dodatkowy „ekstra” element lub dziwactwo, albo wręcz balast i utrudnienie dla swobodnej ekspresji seksualnej.

Teorie motywacji i osobowości na tyle są trafne, na ile odzwierciedlają naturalny kierunek zstępujący w świecie wartości, znaczeń i symboli człowieka, a co najmniej jeśli nie odrzucają i nie przemilczają tej bardzo istotnej części ludzkiej psychiki. Marks upatruje w religii – i słusznie – głównego wroga w procesie dehumanizacji (sprowadzenia od kultury do natury, zezwierzęcenia) człowieka i pozbawiania go własności prywatnej wraz ze zdolnością do konkurencyjności na rynku pracy (praca najemna i kompetencja w jej wykonywaniu to wróg numer jeden Manifestu Partii Komunistycznej 1848r.). Obecnie potężne grupy interesu, które chcą forsować neomarksistowski model wychowania (deprawacji) młodzieży, wychowania nie do mierzenia się z koniecznością wykonywania pracy na wysokim poziomie, lecz do podejmowania i szukania nałogowo

---

8 Irena Heszen-Niejodek, E. Gruszczyńska, *Wymiar duchowy człowieka, jego znaczenie w psychologii zdrowia i jego pomiar*. Przegląd Psychologiczny 2004, 47(1), 15-31.

9 Jan I.M. Bocheński, *Sto zabobonów. Krótki filozoficzny słownik zabobonów*. Wyd. Antyk 2008.

przyjemności, mają bardzo silną motywację do czynienia ludzi ślepych na religijną rzeczywistość ich psychiki, na jej faktyczną naturę.

Jedno stwierdzenie pozostaje niewzruszonym pewnikiem: psychologia nie dysponuje zakresem stosowalności ani metodami, ażeby móc zamknąć w swoim polu ekspertyzy religię, a tym mniej ażeby wypowiadać się o jej prawdziwości lub nie. Może jedynie uznać fakt istnienia religii, i – jak dowodzi tego cała historia ludzkości i myśli ludzkiej – jej kluczowej i fundamentalnej, niezbywalnej roli dla istoty i wspólnoty ludzkiej. Tym samym psychologia nie może religii ignorować, ani umniejszać jej znaczenia, bo wówczas rozmija się z faktem naukowym. Systemy i prądy, które znosiły religię w imię wyzwolenia człowieka, bez wyjątku przeradzały się w systemy wrogie samemu człowiekowi, systemy wyzysku i niewolnictwa (zob. odnośnik [2]).

### **3. Alternatywny model potrzeb oparty na duchowości (model POnaD)**

Model ten, stanowiący kontrpropozycję do obecnie dominujących modeli motywacji i potrzeb człowieka, zrodził się z palącej potrzeby wprowadzenia konstrukcji wolnej od błędu (świadomego lub nie) odrzucania pięt samopoznania i transcendencji człowieka, zaś zgodnej w swej budowie z obowiązującą w świecie cywilizacji zachodniej i leżącą u jej fundamentów moralnością i teologią katolicką (szerzej: chrześcijańską). Zwracamy szczególną uwagę na fakt, że prawdziwość teorii naukowej poznaje się m.in. po niekonfliktowaniu się jej z innymi, już ustanowionymi obszarami wiedzy.

Podstawowym założeniem, z którego wyszedł autor jest niespodziewanie trafne stwierdzenie, które sformułowała kilkuletnia niewidoma dziewczynka, porzucona przez swych rodziców w zakładzie w Laskach – relację przytoczył przy okazji 100-lecia liceum Batorego (2018) jego wychowanek, a zarazem wieloletni dyrektor zakładu w Laskach, ks. dr bp Michał Janocha. Zdanie to stanowiło jej definicję raj (Nieba), czyli miejsca z najpiękniejszych nadziei i aspiracji:

*Miejsce, w którym będę kochana, i to się nigdy nie skończy.*

Relacja miłości, poszukiwanie miłości, która by się nie wyczerpywała, zdaje się być najważniejszą i najsilniejszą motywacją w życiu człowieka. Właściwie wszystko jest temu podporządkowane – konkludował bp Janocha. Należy w tym miejscu obowiązkowo powołać się na psychologiczne trzy aksjomaty miłości, jakie sformułował Sternberg. Szczegóły opisane są w Dodatku A. Autor niniejszego artykułu jako równoważne sformułowanie sugeruje, że sedno relacji miłości stanowi



## *odnajdywanie kogoś, kto dopatrzyłby się w nas dobra*

i to dobro zatwierdził, potwierdził nas, niezależnie od okoliczności i naszej kondycji. Z samych podstaw nauki psychologii wiemy, że nasz umysł wymaga i z całej siły dąży do wytworzenia pozytywnej auto-narracji – dobrego zdania o sobie i potwierdzanego przez otoczenie. To dlatego dojrzewający nastolatki tak szaloną uwagę przywiązują do wyglądu oraz szansy na wylansowanie się, na zaistnienie w mediach społecznościowych. Najbardziej uporczywie zalegającą udręką umysłową, jaką może przeżywać człowiek (poza realną trwogą o życie), stanowi reakcja emocjonalna na przeświadczenie o byciu niegodnym, niewartym. Leży u podstaw najbardziej uporczywych i drenujących z energii życiowej zaburzeń afektywnych ze spektrum depresji. Przekonanie fundamentalne o własnej nie-dobroci i nieadekwatności („Nie zasługuję na nic dobrego”, „jestem nic nie wart”) stanowi prawdziwe sedno i wyzwanie większości terapii poznawczo-behawioralnych (Ellis<sup>10</sup>, Padesky<sup>11</sup>, Williams<sup>12</sup>), a przekonanie to nabywane jest w dysfunkcyjnej rodzinie, w której zabrakło miłości i afirmacji (Eldredge<sup>13</sup>).

Konieczność zbudowania pozytywnego obrazu samego siebie leży u podstaw problemów teorii samoregulacji opisanej przez Tory Higginsa<sup>14</sup> jako kontrast pomiędzy „ja” idealnym i „ja” powinnościowym, a „ja” aktualnym, czyli tym, jakimi chcielibyśmy/powinniśmy się widzieć, a jakimi się realnie postrzegamy. Konflikt pomiędzy świadomym samoopisem siebie a niejawnymi przekonaniem o sobie stanowi podłoże rzetelnego testu IAT<sup>15</sup> oraz pracy magisterskiej autora<sup>16</sup> dotyczącej próby warunkowania ewaluatywnego samooceny. Najpowszechniejsze źródło naiwnych teorii osobowości i błędów percepcji społecznej – to jest efekt grupowania, czyli strukturalizacji<sup>17</sup> – wynika właśnie z potrzeby uznawania swojego środowiska i swej grupy na tle innych za wyróżniająco się cnotliwe i wartościowe.

Nawet w tak ekstremalnych sytuacjach, jak choroba nałogu alkoholowego, umysł w mechanizmie iluzji i zaprzeczania (Mellibruda<sup>18</sup>) usiłuje wytworzyć spójny i pozytywny obraz samego siebie. Alkoholik otacza się gronem podobnie myślących i tkliwie popierających go osób

---

10 Albert Ellis, C. MacLaren, *Terapia racjonalno-emotywna. Podręcznik*. Helion. Gliwice 2011.

11 Christine A. Padesky, D. Greenberger., *Umysł ponad nastrojem*. Wyd. UJ. Kraków (wyd. drugie 2018).

12 Mark Williams, D. Penman, *Mindfulness. Trening uważności*. Wyd. Samo Sedno. Warszawa 2014.

13 John Eldredge, *Dzikie serce. Tęsknoty męskiej duszy*. W Drodze. Poznań 2010.

14 Marcin Młynarczyk, *Ja idealne vs Ja powinnościowe : analiza emocjonalnych konsekwencji rozbieżności w systemie "Ja" na podstawie teorii autoregulacji E.T. Higginsa*, 2006.

E.T. Higgins, *Self-discrepancy: A theory relating self and affect*. Psychological Review 1987. 94, 319-340.

15 Anthony G. Greenwald, S.D. Farnham, *Using the Implicit Association Test to Measure Self-esteem and Self-concept*. Journal of Personality and Social Psychology 2000, 79/6, 1022-1038.

16 Marek Pietrachowicz, *Próba selektywnego warunkowania ewaluatywnego niejawnej samooceny*, SWPS 2014.

17 Michał Bilewicz, *Kiedy kontakt osłabia uprzedzenia?*, w: Psychologia Społeczna t.2, Scholar 2006.

18 Jerzy Mellibruda, *Psychologiczne koncepcje mechanizmów uzależnienia*, 1997 Materiał internetowy:

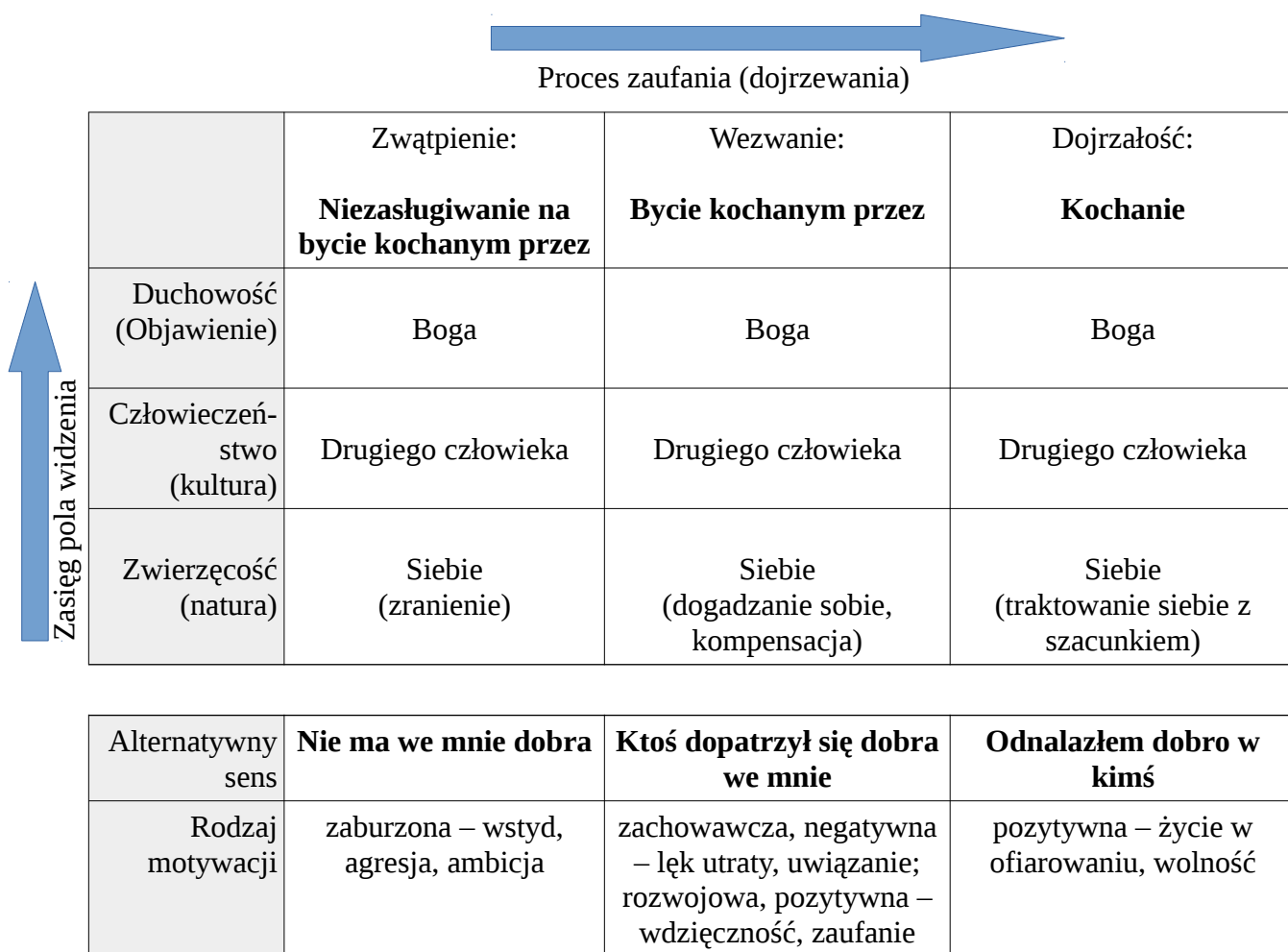
<http://www.psychologia.edu.pl/czytelnia/50-artykuly/675-psychologiczna-koncepcja-mechanizmow-uzaleznienia.html>

(towarzystwo do picia). Rozwinięcie myśli o uzależnieniach psychicznych Czytelnik znajdzie w Dodatku C.

Dobra opinia, prawość postępowania unieśmiertelnia człowieka, spaja jego dokonania ponadczasowym nawiasem. Najważniejszymi słowami, jakie na moment przed egzekucją w 1946r. z rąk władzy komunistycznej, poleca przekazać swej babci Danuta „Inka” Siedzikówna, są: „zachowałam się jak trzeba”. Te słowa uznała za najistotniejsze, były testamentem jej młodego i pięknego życia<sup>19</sup>.

Bóg pociąga nas „ludzkimi więzami, a są to więzy miłości” (por. Oz 11,4). On darzy nas uczuciami i myśli o nas to, czego my sami nie czujemy się na siłach myśleć o sobie. Kiedy nie mamy odwagi myśleć o sobie dobrze, myśleć o swym życiu w kategoriach pomyślności i wzrostu, wtedy On myśli dobrze o nas w naszym zastępstwie. I uczy, żebyśmy przyjmowali Jego punkt widzenia.

#### 4. Diagram POnaD



<sup>19</sup> <https://wpolityce.pl/polityka/165138-powiedzcie-mojej-babci-ze-zachowalam-sie-jak-trzeba-67-lat-temu-po-brutalnym-sledztwie-inka-zostala-zamordowana>. Dostęp 22.06.2020.

W swym życiu wędrujemy (lub zatrzymujemy się w miejscu) na dwuwymiarowej płaszczyźnie naszkicowanej powyżej. Poruszając się pionowo, odkrywamy wyższe źródło i cel miłości – realizacji naszych potrzeb lub aspiracji. Dojrzewając (zdobywając się na zaufanie), stopniowo przenosimy środek ciężkości i światło reflektora z nas samych na kogoś innego, kogo z kolei to my obdarowujemy miłością. W pierwszej i drugiej kolumnie to ja jestem sednem i głównym biorcą – nawet poczucie wstydu i niegodności jest formą skupienia na sobie, postawienia siebie w roli głównego aktora dramatu, którego wina (bądź zasługa) ma większą siłę od mocy przebaczenia, które otrzymuję za darmo<sup>20</sup>. Podczas gdy w prawej kolumnie staję się dawcą, wyzwolonym z lęku o brak.

Aby opisać sedno i nasilenie potrzeb danej osoby, należy umiejscowić ją na płaszczyźnie. Z tego wynika szereg konsekwencji dla jej schematów zachowań oraz wierzeń podstawowych. Podobnie jak w przypadku hierarchii Masłowa, model jest zstępujący, co oznacza, że jeśli panuje zdrowa i uporządkowana relacja w wyższym piętrze pomaga wprowadzać ład do pięter poniżej i nadaje im spójną, skonsolidowaną tożsamość (co już myśliciele starożytni uznawali za przejaw doskonałości człowieka i wyrażali zasadą: „*Omne trinum perfectum*”). Trasa pokonywana na diagramie oznacza szlak osiągniętych trwale przełomów życiowych, jest więc swoistym dwuwymiarowym systemem etapów rozwoju, pokonywanych monotonicznie w kierunku wstępującym. Postęp osiągnięty na niższym piętrze warunkuje postępy na piętrze wyższym – rozwinięcie tej myśli znajduje się w dodatku B.

Naturalnie, istotą rzeczy jest odróżnienie, kto (ja sam, inni, Bóg) jest faktycznym – a nie deklaratywnym – źródłem potrzeby, a zatem źródłem motywacji osoby badanej. Moje uczynki mogą wyglądać na dojrzałe, skierowane na drugiego człowieka (np. przekazuję dużą kwotę na dobroczynność), ale może za tym kryć się nadal motywacja egocentryczna (robię to z pragnienia pokazania się, albo z poczucia winy, gdybym tego nie zrobił). Doskonałe studium nieświadomej hipokryzji takich postaw stanowi obraz Orsona Wellesa „Obywatel Kane”, uznawany za najdoskonalszy film wszechczasów, w którym tytułowy bohater poświęca się i służy społeczeństwu oraz ukochanym osobom, jednak wyłącznie po to, aby być kochanym w zamian, na jego warunkach i aby otrzymać dla siebie co najmniej tyle samo, ile zainwestował w relację.

Znane w praktyce psychoterapii są przypadki, w których rodzic spełnia uczynki miłości wobec swojego dziecka, całą swoją uwagę skupiając na technicznym, logistycznym aspekcie zaspokajania potrzeb, nawet z przesadą, nie pozwalając osiągnąć dziecku celów samemu i doświadczyć swej sprawczości, ale za to pozostawia je w samotności na płaszczyźnie zrozumienia i wsparcia psychicznego. Rodzic jest nauczony – poprzez ciężkie czasy, w których sam dojrzewał –

---

20 Por. opowiadanie *Z listów starego anioła do młodego* w książce *Talia pełna Jokerów* autora, wyd. WFW 2020.

takiego stylu wychowania i uznaje to za najwyższą formę miłości. U podstaw rodzących się problemów leży tutaj brak autorefleksji, ślepe przyjmowanie założeń co do tego, co jest najlepsze i brak obserwacji i interpretacji faktycznych potrzeb dziecka. Jest to forma miłości niedoskonałej, bowiem wbrew najlepszym intencjom rodzica i przy niewątpliwie pozytywnej wartości składanych dziecku darów, bez których jego życie byłoby bardzo trudne, utrwała jednocześnie w dziecku przekonanie „jestem do niczego”, „sam nic nie umiem zrobić”. Trzeba więc być ostrożnym przyporządkowując postępy osoby do danego pola płaszczyzny POnaD jedynie na podstawie jej samoopisu. Raczej, zgodnie z radą ewangeliczną, należy badać stopień doskonałości miłości po owocach, po skutkach.

Miłość ludzka jest mieszanką, superpozycją prawdziwej miłości i jej braków. Braki należy wyjaśniać, a dobre aspekty eksponować i chwalić. Poczucie sukcesu, choćby małego, daje siłę do podjęcia ruchu w kierunku kolejnego postępu (taktyka „żabich skoków”).

## 5. Samoszukiwanie siebie i oszustwa społeczne (ideologie)

Jak już wspominaliśmy, osiągnięcie kolejnych postępów na dwuwymiarowej drodze miłości i dobra jest pracochłonne. Wymaga od osoby, która podejmuje daną odpowiedzialność (np. za drugą osobę lub istotę) stałego wysiłku i statecznego postanowienia – dyspozycji, które w psychologii nazywają się cnotami charakteru<sup>21</sup>. Jak to opisane jest w innej pracy autora<sup>22</sup>, konkurencyjnym (i wywołującym uzależnienie) jest proces unikania wysiłku i surogacji wynikającej z jego podjęcia satysfakcji zwykłą przyjemnością somatyczną.

Jest to również zauważalne na diagramie POnaD, w konsekwencji grawitowania ku lewej kolumnie i dolnemu wierszowi. O ile zasada fundamentalna pozostaje nienaruszona, bowiem każdy – szczególnie postępujący źle – potrzebuje myśleć o sobie dobrze, o tyle następuje samoszukiwanie się, albo, w wymiarze społecznym, budowanie fałszywych kryteriów, przyjmowanych lub narzucanych przez małe grupy (metodą opisaną przez marksistę Gramsciego) biernej większości.

A zatem, każdy pragnie, *aby ktoś dopatrył się w nim dobra*, jednak nie każdy chce pracować i zdobywać to samopoczucie w sposób uczciwy, tj. swoją pracą. W obliczu przywołanej zasady istnieją zatem dwa sposoby na „dopatrzenie się dobra” w nas, kiedy w rzeczywistości wcale na to nie zasługujemy:

---

21 Martin Seligman, Ch. Peterson, *Character Strengths and Virtues. A handbook and classification*, Oxford University Press 2004.

22 <http://strefa-zrozumienia.pl/Model-lekki.pdf>. Dostęp 30.06.2020.

- Dialektyczne przedefiniowanie dobra. Jeśli uda mi się przekonać ogół (albo: samego siebie), że to co robię, jest słuszne, wówczas będę otrzymywał (samo)współczucie i podtrzymywana będzie we mnie moja pozytywna samoocena. Skuteczność ruchów lewicowych, suflujących „nową” wrażliwość jest tak wysoka, ponieważ sprawnie podstawiają pod pojęcie dobra takie kwestie, które go wcale nie stanowią, poprzez doklejanie własnych postulatów do powszechnie akceptowalnych haseł i poprzez utożsamianie się z grupami, budzącymi pozytywne uczucia (głównie współczucie) – takimi jak mniejszości etniczne, uchodźcy, kobiety. Oraz komplementarne z tym budzenie negatywnych emocji (wstyd, wina), czyli stosowanie przemocy psychicznej symbolicznej wobec każdego, kto nie przychyli się do ich haseł lub przejrzał opisaną manipulację. Zawsze znajdzie się dostatecznie wiele osób nieorientowanych w społeczeństwie, które ulegną takiemu nastrojowi i będą ślepo (psychika stada) podporządkowywać się obowiązującej modzie.
- Obniżenie kryteriów dobra. Wystarczy sobie i każdemu wmówić, że moje nieróbstwo i lenistwo jest jakąś subtelną formą wyjątkowej wrażliwości i przejawem inteligencji, żeby przestało mi uwierać, a stało się powodem do dumy. Dlatego współczesne nauki społeczne namnożyły *ad absurdum* liczbę różnych przejawów „inteligencji” (emocjonalna, matematyczna, muzyczna, społeczna, seksualna, etc.), żeby każdy mógł się poczuć inteligentny oraz żeby wad i deficytów danej osoby broń Boże nie nazwać po imieniu, zamiast tego pokrywając ją wyrównującą i wynagradzającą cnotą, którą przejawia. Dochodzi nawet do tego, że próbę korekcji pewnych zaburzeń – w imię dobrego samopoczucia osoby zaburzonej – zaczyna się prawnie i perswazyjnie zakazywać. Jak wiemy, jest to zasadnicze dążenie psychologii pozytywnej i filozofii Rogersa – dostrzec we wszystkich dobro i dobre strony, i wydobywać je z osoby nie poprzez stresujące wychowanie, ale przez bierne hodowanie i pozwalanie żyć jak się komu podoba. Wystarczy, żeby osoba, która niewiele wie i umie przyjęła np. styl życia „vegan” albo zapisała się do ruchu obrońców klimatu lub konstytucji (właściwie wszystko jedno, do jakiego), żeby nagle urosła we własnych oczach i oczach społeczeństwa do bardzo świadomej i wrażliwej. Co więcej, marnowanie przez nią czasu na publiczne demonstrowanie swych emocji staje się publicznie tolerowane (casus panny Greta Thunberg, która jest „aktywistką klimatyczną”, dlatego ma automatyczne rozgrzeszenie z zupełnej niekompetencji intelektualno-szkolnej, życiowej oraz emocjonalno-społecznej).

Zmiana na poziomie paradygmatu dobra – jak je rozumiemy i jak je okazujemy – prowadzi do upośledzenia tych więzi (poprzez negatywne emocje i utratę zaufania do ludzi i świata grawitowanie ku lewej kolumnie, poprzez egocentryzm i egoizm – zawężanie pola widzenia ku

dolnemu wierszowi), które we właściwym paradygmacie moralnym służą człowiekowi i prowadzą do jego rozwoju. Jest to rola kodeksu moralnego, który jak wiemy, pochodzi z piętra transcendencji hierarchii potrzeb i poprzez piętro samo-aktualizacji, oddziałuje na pozostałe piętra, organizując je. Zastąpienie niezbywalnego i nienaruszalnego kodeksu moralnego (tj. ograniczającego), permissywnym kodeksem wynikającym z powszechnych ustaleń lub dyktatu elity – prowadzi do degradacji społeczeństwa w kierunku wyzysku i jednostki w kierunku skupienia na sobie i na przyjemności.

### **Dodatek A: związki z miłością wg Sternberga**

Wspomnieliśmy już o trzech psychologicznych aksjomatach miłości, jakie sformułował Sternberg<sup>23</sup>. Są to, parafrazując oryginalne ich brzmienie,

- dyspozycja wierności (bycie na wyłączność),
- dyspozycja zaangażowania (usłużność, poświęcenie),
- czułość (intymność).

Tylko łączna realizacja tych trzech jest nazywana (prawdziwą, pełną) miłością. Młodzież – zamiast lewicowej wyzwolonej seksualności, opartej na egocentryzmie – winna być wychowywana ku zdolności do każdego z tych trzech wymiarów, nie tyle dających przyjemność, co kosztujących wysiłek, a dających spełnienie w postaci satysfakcji intelektualnej (vel duchowej).

To, czy osoba zwróci się ku sobie i własnemu egoizmowi (gromadzenie doznań i przeżyć dla siebie), czy też będzie próbowała realizować wezwanie do miłości (przeżywanie ich we wspólnocie z drugą osobą, a ostatecznie – w darze dla drugiej osoby), jest uwidocznione na płaszczyźnie POnaD w charakterze trzech kolumn i kierunku horyzontalnego. W sytuacji egoizmu (patologicznej miłości własnej) miłość jest wykluczona, w sytuacji egocentryzmu (przeważającej miłości własnej, opisowi rzeczywistości z wyłącznie swojego punktu widzenia i w kategoriach swoich doznań) miłość jest utrudniona. Obecna moda „samorealizacji” i „spełniania siebie” plasuje ludzi w pozycjach niezdolności do podjęcia odpowiedzialności za drugą osobę i dojrzałości w relacji z nią. To między innymi dlatego tak ogromna przepaść znaczeniowa zieleje pomiędzy pierwotnym (ku samo-aktualizacji), a finalnym (ku transcendencji) modelem hierarchii potrzeb Abrahama Masłowa. I stąd też filozofia pozytywna Carla Rogersa sama z siebie jest pogańska, choć łatwo można ją uduchowić, ustawiając we właściwych proporcjach i celowości. I dlatego właśnie, osoba religijna poddaje nawet zupełnie rozsądne działania modlitewnej refleksji, pytając Boga: „Co

---

23 Bohdan Wojciszke, *Psychologia miłości*, GWP. Gdańsk 2009.

Ty chcesz, abym robił i jak?”, aby oczyszczać swoją motywację. Motywacja egoistyczna i altruistyczna mogą, ze swych zewnętrznych pozorów, przybierać takie same formy czynności (np. dobroczynność), lecz wewnętrznie prowadzą do utrwalania się zupełnie rozbieżnych przekonań.

### **Dodatek B: analogie z paradygmatem poznawczo-behawioralnym**

Zgodnie z fundamentalnymi tezami, leżącymi u podstaw psychoterapii kognitywno-behawioralnej, wszelkie przekonania podstawowe kształtują się i internalizują w ramach umysłu niejawnego w okresie dzieciństwa, na podstawie obserwacji (modelowanie) i relacji z osobami znaczącymi, a szczególnie z rodzicem. Krzywdzące i nieadekwatne przekonania o sobie rodzą późniejsze trudności emocjonalne i w schematach zachowań. Bardzo łatwo jest wprowadzić takie przekonania do umysłu dziecka w mniejszym lub większym stopniu i mimo nawet najlepszych chęci rodziców i opiekunów, w zasadzie każdy człowiek zmagają się w dorosłości ze swoimi demonami.

Kontakty psychologów ze swymi klientami z natury rzeczy często ograniczają się do sytuacji kryzysowych i deficytów, obraz jaki wynoszą z takich doświadczeń jest zgodny z klasycznym paradygmatem patogenetycznym. Ale nawet w ujęciu pozytywnym, pro-rozwojowym i poszerzającym zasoby klienta, kierunek takich działań jest zgodny z kierunkiem poruszania się po płaszczyźnie naszego diagramu i oznacza zabezpieczanie klienta (poprzez budowanie zasobów, trening adaptacyjnych zachowań) przed podejściem typowym dla pierwszej kolumny i budowanie bariery potencjału przed cofaniem się ku schematom typowym dla niej. Stąd w modelu POnaD startujemy z mało optymistycznej pozycji pierwszej kolumny i uzasadniona jest w każdym przypadku jej obecność, jako poziomu „dna”, to jest zerowego, ponad który budujemy zasoby i sprawności jednostki.

Skoro nasze fundamentalne przekonania budowane są wokół istoty „ja” oraz samooceny (najczęściej niejawnej), a ona, poprzez mechanizm percepcji rzutuje na postrzeganie świata zewnętrznego, to logiczne jest uważać, że charakter stosunku do siebie warunkuje jakość stosunków do drugiego człowieka w podejmowanych w młodości i dorosłości relacjach. To dlatego piętro 2 („Drugi człowiek”) znajduje się ponad piętrem 1 („Siebie”) w diagramie, i pomiędzy nimi następuje przejście w wyniku rozwoju osoby.

Ta sama prawda dotyczy relacji kolejnej pary pięter: 2 („ludzkiego”) poniżej i 3 („boskiego”) powyżej. Duchowni, będący także terapeutami, ale także świeccy psychoterapeuci wskazują jednoznacznie, że obraz Boga, jaki nosimy w sercu jest odzwierciedleniem naszego ziemskiego ojca (ogólniej rodzica, opiekuna) – lub jego braku. Ściślej mówiąc, relacja z własnym ojcem stanowi swoistą migawkę efektu „pierwszego wrażenia”, z którą już potem (zgodnie z prawidłami błędów percepcji społecznej) zmagamy się i staramy się albo ją potwierdzać, albo jej

zaprzeczyć przez resztę życia. Piętra modelu POnaD odzwierciedlają ten naturalny stan rzeczy i wędrówkę od relacji z drugim człowiekiem do relacji z Bogiem.

Tym samym wyjaśniliśmy organizację wertykalną prezentowanego modelu i wykazaliśmy jej naturalną, zgodną z rozwojem kognitywnym przekonań o sobie i innych, kolejność wstępującą. Braki na piętrze poniższym nieuchronnie wytwarzają deficyt lub konflikt na piętrze wyższym, jednak akumulacja pozytywnych doświadczeń – przekonań równoważących, typowych dla terapii CBT – z wyższego piętra pozwala także zrewidować i naprawić uszkodzony i nieadekwatny obraz relacji z piętra poniżej (zrównoważyć gorącą myśl krzywdzącego przekonania). W modelu POnaD jest to symbolizowane przez podróż w stronę od lewej do prawej, co otwiera nowe horyzonty poprawnych relacji na wszystkich piętrach.

Wiedzę o „ja” naprostowujemy w laboratorium relacji z drugą osobą (w której, jak w zwierciadle, poznajemy swoje własne przekonania), zaś relacja wertykalna z Bogiem uporządkowuje (choćby poprzez moralność i poczucie sensu, celowości) relację horyzontalną z drugim człowiekiem.

### **Dodatek C: analogie z trzema aspektami uzależnienia wg Mellibrudy**

Sięgnięcie po substancję uzależniającą, w jej psychologicznym – poznawczym – aspekcie, jest wywołane brakiem prawidłowej gospodarki emocjonalnej osoby. Jak wskazuje Jerzy Mellibruda w fundamentalnym i powszechnie uznanym modelu uzależnienia psychicznego (odnośnik [18]), przesądza o tym proces *nałogowej regulacji uczuć*. Emocje stanowią reprezentację mentalną stanów i relacji rzeczywistych, a zatem człowiek usiłuje zachować przewagę pozytywnych stanów nad negatywnymi. Kiedy nie odnajduje sposobów na zrównoważenie owego bilansu, następuje pokusa sięgnięcia po łatwy i szybki „poprawiacz” nastroju, czyli po dostarczenie sobie pozytywnych stanów emocjonalnych, jak gdyby wystąpiła nagroda (satysfakcja) wobec rozwiązania danego problemu, jednakże bez wydatkowania na to pracy własnej i bez realnego rozwiązania problemu (poradzenia sobie instrumentalnego). Ścieżka niewymagająca wydatkowania energii i błyskawiczna (nieodroczone w czasie) dostarczenia sobie pozytywnych emocji lub usunięcia w cień negatywnych staje się najbardziej atrakcyjną i konkurencyjną z innymi rozwiązaniami na zasadzie warunkowania klasycznego. Wachlarz dostępnych strategii się kurczy, oduczane (wygaszane) są inne zachowania, wzmacniane jest to jedno, „najskuteczniejsze”. Kiedy prawdopodobieństwo jego wyboru staje się dominujące, mówimy o chorobie uzależnienia. Naszkicowany tutaj mechanizm *nałogowej regulacji emocji* bezpośrednio koresponduje z lewą kolumną diagramu POnaD i piętrzem pierwszym („Siebie”). Deficyty w pozytywnej samoocenie oraz ocenie swoich szans powodują sięgnięcie po środek uzależniający.



Następuje, przewidziany przez Mellibrudę mechanizm *iluzji i zaprzeczania*, gdzie w powodu lęku przed nieakceptacją i odrzuceniem oraz staczaniem się na margines społeczny, tworzona jest pozytywna auto-narracja osoby uzależnionej, jako niezrozumianej i dobrej, a także zdolnej do kontroli swoich zachowań wobec drugiego człowieka. Krzywdy zadane np. współmałżonkowi podczas zamroczenia alkoholowego, osoba uzależniona zwała na karb złej woli tej drugiej i niezrozumienia przez nią jej unikalnej wrażliwości. Jest to analogon lewej kolumny, piętra drugiego („Drugi człowiek”) płaszczyzny POnaD, jako bezpośredniej konsekwencji adyktywnego uwikłania z opisanego już piętra 1.

Konsekwencją trwania w nałogu jest efekt *fragmentacji „ja”*, w którym osoba uzależniona coraz mniej rozumie otaczającą ją rzeczywistość, złożoną z poszarpanych i oderwanych od siebie epizodów trzeźwości i delirium, jawy splątanej ze zwidami. W konsekwencji, utracone zostaje poczucie ciągłości jaźni, a zatem sensu życia i przyczynowości zachowań i zdarzeń. Można powiedzieć, że najwyższa zasada spójności i celowości świata człowieka zostaje podważona. Ma to nietrywialną korespondencję z trzecim piętrzem lewej kolumny naszego modelu. Nie otacza mnie opiekuńcza, wspomagająca i uporządkowująca świat doznań i okoliczności obecność Boga, ale chaos.

Terapia alkoholowa, oprócz wszelkich treningów zachowań i postaw, w warstwie przekonań ma polegać na stopniowym przesuwaniu się w prawą stronę na diagramie POnaD. Wprowadzanie ładu do programu dnia i cyklu zajęć, naprawianie relacji poprzez trzeźwe spojrzenie na drugiego człowieka i żal z powodu wyrządzonych wcześniej krzywd, a przede wszystkim, przedefiniowanie siebie jako kogoś, kto jest wart ponownego zaufania, czci, stanięcia na własnych nogach – odbudowanie samooceny alkoholika. Te wszystkie elementy odzwierciedlane są przez ruch ku prawej na płaszczyźnie POnaD. Apokaliptyczni potępieni pozostają po lewej stronie (*sinistra – łac.* lewa, podła), a ocaleni i wybawieni przechodzą na stronę prawą (*dextra – prawa* w obu znaczeniach) przed obliczem Bożym (Mt 25, 31-46).