

This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY-ND 4.0 International) license • <https://creativecommons.org/licenses/by-nd/4.0>



MAGDALENA SZPUNAR

Uniwersytet Śląski w Katowicach, Polska

ORCID 0000-0003-1245-5531 • e-mail: magdalena.szpunar@us.edu.pl

Zgłoszono: 22.06.2022; recenzowano: 17.10.2022; zaakceptowano do druku: 20.10.2022

NIEOBECNOŚĆ ROŚLIN W HUMANISTYCE. O POTRZEBIE *PLANT STUDIES*, SYMBOLICE DRZEW, LASU I ICH TERAPEUTYCZNYCH WŁAŚCIWOŚCIACH

THE ABSENCE OF PLANTS IN THE HUMANITIES. ABOUT THE NEED FOR PLANT STUDIES, THE SYMBOLISM OF TREES AND FORESTS AND THEIR THERAPEUTIC PROPERTIES

Abstract: Humanities and social sciences have long been insensitive to plants, failing to see their importance and value in our lives, which is sometimes referred to as plant blindness. Due to the fact that the subtle life of plants takes place beyond human perception, it usually remains invisible and therefore absent from our consciousness. Perceiving plants as devoid of movement places them on the lowest levels of being. They gain their visibility only when they appear in the human world as a source of food, medicine, building material or decoration. The aim of the article was to draw attention to cultural practices related to plants, but also to our relationship with them, allowing us to see our interspecies relationship. The article draws attention to the need to expand on plant studies. In order to meet this challenge, it tries to rehabilitate the long-term absence of plants in the humanistic discourse, freeing them from anthropocentric isolation. The article is a metatheoretical and metadisciplinary dissertation, drawing on the achievements of plant studies in the field of cultural studies, sociology and philosophy. The text introduces the issues of plant studies, trying to determine their scope and purpose. The author draws attention to the multidimensionality of the plant studies trend, which functions as an area of humanities research, but also as a social practice, redefining the understanding of what is human and non-human. The article postulates building relationships with plants in the ontology of weak thought, with full respect for the vagueness and ambiguity of plant life.

Keywords: plant-blindness, plant studies, tree symbolism, biophobia, biophilia, shinrin yoku, forest therapy.

Streszczenie: Humanistyka i nauki społeczne długo były niewrażliwe na rośliny, nie dostrzegając ich znaczenia i wartości w naszym życiu, co bywa określane mianem ślepoty na rośliny. W związku z tym, iż subtelne życie roślin rozgrywa się poza ludzką percepcją, zwykle pozostaje

ono niedostrzegalne i tym samym nieobecne w naszej świadomości. Postrzeganie roślin jako pozbawionych ruchu lokuje je na najniższych poziomach bytów. Swoją widzialność zyskują one dopiero wtedy, gdy w świecie człowieka pojawiają się jako źródło pokarmu, lek, materiał budowlany, czy dekoracja. Celem artykułu było zwrócenie uwagi na praktyki kulturowe związane z roślinami, nasze relacjami z nimi, aby dostrzec międzygatunkową zależność oraz co nie mniej istotne, konieczność rozwijania studiów nad roślinami. Wychodząc naprzeciw temu wyzwaniu, tekst ten stara się zrehabilitować długoterminową nieobecność roślin w dyskursie humanistycznym, uwalniając je od antropocentrycznej izolacji. Artykuł stanowi rozprawę o charakterze metateoretycznym i metadyscyplinarnym, i czerpie z dorobku *plant studies* w obrębie kulturoznawstwa, socjologii oraz filozofii. Tekst wprowadza w problematykę *plant studies*, próbując ustalić ich zakres i cel, ale także zwraca uwagę na wielowymiarowość nurtu *plant studies*, który funkcjonuje jako obszar badań humanistycznych oraz praktyka społeczna, redefiniująca rozumienie tego, co ludzkie i pozaludzkie. Artykuł postuluje budowanie relacji z roślinami w ontologii myśli słabej, z pełnym poszanowaniem niewyraźności i niejednoznaczności roślinnego życia.

Słowa kluczowe: roślino-ślepotą, *plant studies*, symbolika drzew, biofobia, biofilia, *shinrin-yoku*, terapia lasem.

Wprowadzenie

Humanistyka i nauki społeczne długo były niewrażliwe na rośliny, nie dostrzegając ich znaczenia i wartości w naszym życiu. Wandersee i Schussler stan ten określili jako „ślepotę na rośliny” (Wandersee, Schussler 2001). Subtelne życie roślin rozgrywa się poza ludzką percepcją, stąd zwykle pozostaje ono niedostrzegalne i nieobecne w naszej świadomości. Swoją widzialność zyskują one dopiero wtedy, gdy pojawiają się w świecie człowieka jako źródło pokarmu, lek, materiał budowlany, czy dekoracja (Zamorska 2020, s. 9).

Jak zauważa Dziadek: „Życie roślin zwykle było bowiem postrzegane w kategoriach użyteczności i funkcjonalności (rośliny przemysłowe, dekoracyjne, energetyczne), jako zasób, którym należy zarządzać tak, aby przyniósł możliwie jak najwyższy profit ekonomiczny (Dziadek 2021, s. 48). Już Arystoteles pisał: „Życie odnajdujemy w zwierzętach i roślinach. Lecz w zwierzętach życie jest wyraźne i oczywiste, w roślinach natomiast ukryte i niewidoczne” (Arystoteles 1993, s. 338), a zdaniem niektórych nie ma go w roślinach wcale (Marder 2013, Szopa 2015).

Jak zauważa Marder, rośliny uznawane były za byty „słabe”, „niedoskonałe”, gdyż pozbawione głosu, a także ludzko-zwierzęcej wrażliwości (Marder 2013). Stąd status roślin lokowany jest zwykle na najniższym poziomie drabiny istnień, gdyż przypisuje się im miejsce pomiędzy przyrodą nieożywioną a zwierzęciem (Nealon 2016). Tak niska pozycja roślin w świecie bytów zazwyczaj łączy się z tym, iż postrzega się je jako pozbawione możliwości ruchu (Hegel 1990, s. 369), analogicznie jak przyrodę nieożywioną. Jeśli coś się nie porusza, wydaje się nam martwe, pozbawione życia. Problematyczność roślin zasadza się na tym, iż wydają się nam

one ożywione i jednocześnie nieożywione, gdyż ludzkie oko najczęściej ich ruchu nie rejestruje. Ten brak ruchu powoduje, iż obcość roślin wobec nas jawi się jako jeszcze bardziej dojmujące zjawisko niż obcość zwierząt, stając się obcością *par excellence* (Schneekloth 2001).

Posthumanistka, Le Guin, sugestywnie odmalowuje roślinny świat: „Świadomość bez zmysłów. Ślepa, głucha, pozbawiona nerwów i ruchu. Tylko pewna wrażliwość, reakcja na dotyk. Reakcja na słońce, światło, wodę i minerały w ziemi otaczającej korzenie. Coś niezrozumiałego dla zwierzęcego umysłu. Obecność bez umysłu. Świadomość istnienia bez przedmiotu i podmiotu” (Le Guin, s. 149–150). Celem artykułu jest refleksja metateoretyczna i metadyscyplinarna nad fenomenem *plant studies*, docenienie wagi i istotności bytów roślinnych w naszym życiu, odrzucenie właściwej dla biopolitycznych reżimów logiki, według której nie zasługują one na naszą uwagę. Artykuł postuluje o włączenie nie-ludzkich aktorów do ludzkiego świata, uwalniając nas tym samym od antropocentrycznej izolacji na rzecz międzygatunkowych powiązań. Artykuł stanowi wprowadzenie do problematyki związanej z *plant studies* zakresu i obszaru poruszanej problematyki. Autorka zwraca uwagę na wielowymiarowość tego nurtu, który funkcjonuje jako obszar badań humanistycznych, ale także jako praktyka społeczna, redefiniująca rozumienie tego, co ludzkie i pozaludzkie.

Mit roślinnego bezruchu

Najnowsze badania nad inteligencją roślin demaskują mit roślinnego bezruchu, pokazując, że ruch roślin jest faktem, czego przykładem jest fototropizm, czyli ruch roślin w stronę światła (Manusco, Viola 2017). Taki sposób myślenia o roślinach, traktowanych w kategoriach pasywności, bezruchu, a nawet martwoty, obecny jeszcze u Arystotelesa, pozostaje z nami do dzisiaj: „Byli tacy niektórzy, co sądzili, że rośliny są doskonałe i że one mają dar życia dzięki swoim siłom, jakie posiadają, dzięki pokarmowi odpowiedniemu do ich odżywiania i dzięki długości ich istnienia (...) roślina tkwi w ziemi i jest w niej uwięziona, nie ma ruchu swobodnego, nie ma określonych granic między swoimi częściami, nie ma wrażeń zmysłowych, nie ma również ruchu, który by pochodził od niej, nie ma również duszy doskonałej. Roślina ma co najwyżej cząstkę cząstki duszy. Roślina została stworzona jedynie ze względu na zwierzę, natomiast zwierzę nie zostało stworzone ze względu na roślinę” (Arystoteles 1993, s. 346–347). Echa takiego rozumowania o pasywnych, pozbawionych ruchu roślinach tkwią w języku do dzisiaj. Wystarczy przywołać słowo „wegetować”, które interpretujemy jako synonim ludzkiej bierności, inercji i niechęci do podejmowania działania (Szopa 2015, s. 150). Wegetujących ludzi postrzegamy jako apatycznych, obojętnych wobec świata i zrezygnowanych. Niejednokrotnie internalizują syndrom wyuczonej bezradności, który zwalnia ich z podejmowania jakiegokolwiek inicjatywy.

Hegemoniczna i autorytarna, a nawet arogancka postawa wobec środowiska naturalnego demaskuje, jak bardzo zgubne jest myślenie i działanie zgodne z zasadami czynienia sobie ziemi poddaną. Człowiek uznający swe życie za najważniejsze „nie tyle rywalizuje z innymi gatunkami o przetrwanie, ile raczej kwestionuje ich prawo do istnienia” (Krajewski 2021, s. 204). Nasze opowieści o świecie marginalizują, a nawet pomijają byty roślinne (Swenson 2015), tak jak gdyby nie miały one jakiegokolwiek znaczenia w naszym życiu. Choć współcześnie uświadamiany sobie rolę, jaką odgrywają rośliny w obrębie naszego ekosystemu, to właściwie nie zmieniała się eksploatacyjna i łupieżcza postawa wobec świata roślin. Bezrefleksyjnie karczujemy lasy, aby zasiedlić nowe obszary ziemi, a rośliny poddajemy nieustannie genetycznej modyfikacji tak, żeby pozwoliły generować większe zyski.

Wystarczy jednak kilka dni tropikalnego upału, aby mieszkańcy miejskiej betonozy¹ przekonali się, jak istotną rolę pełnią drzewa w obniżaniu temperatury otoczenia, a tym samym podnoszeniu komfortu życia. Zimą z kolei, gdy przychodzi nam walczyć ze smogiem, doceniamy rolę naturalnych filtrów powietrza, jakimi są drzewa, a przede wszystkim ich liście. Ta czasowa ważność bytów roślinnych nie przeszkadza jednak ulegać okresowym modom, które nakazują wycinanie drzew przy drogach, gdyż jak przekonywał jeden ze znanych kierowców rajdowych, niosą one śmierć.

To, czego możemy uczyć się od roślin, to daleka od ekonomicznej zyskowności hojność, dawanie siebie bez umiaru i bezinteresowność wobec otoczenia (Marder 2013). Inną, nie mniej ważną wartością świata roślin, jest brak potrzeby zawłaszczania świata, ich mądrość polega bowiem na byciu ku innym i na nieustannych przeobrażaniach (Szopa 2015, s. 153). Czuła obserwacja natury pozwala zrozumieć, iż świat jest „miejscem wspólnym” (Haraway 2008, s. 158–159), a przyglądając się roślinom, możemy zauważyć, iż porządek świata zależy także od czegoś więcej niż tylko od prostej, ekonomicznej zyskowności. Deleuze i Guattari postulują, aby „postępować jak rośliny”, to znaczy wyzbyć się indywidualizmu i tożsamości gatunkowej (Deleuze, Guattari 2015, s. 12–13). Taka optyka włącza nie-ludzkich aktorów do ludzkiego świata, pozwalając uwolnić się od antropocentrycznej izolacji, w stronę międzygatunkowych powiązań.

Humanistyczna roślino-ślepotą. O potrzebie *plant studies*

Szczęśliwie nasza humanistyczna roślino-ślepotą² pęka w szwach, dostrzegając konieczność uznania znaczenia roślin, w tym interesujących nas drzew i lasu w naszym środowisku, a na to wyzwanie odpowiada ten tekst. Niektórzy badacze wyraźnie artykułują potrzebę podmiotowości roślin i przyznania im statusu osoby (Hall

1 Obserwatorium Językowe Uniwersytetu Warszawskiego w 2019 odnotowało istnienie nowego terminu – betonoza. Jest ona rozumiana jako nadmierne wykorzystywanie betonu w przestrzeni publicznej, niejednokrotnie połączone z wycinaniem drzew, a tym samym zmniejszaniem powierzchni zacienionej.

2 Terminem tym posługuje się Magdalena Zamorska (2019, 2020).

2011). Hall w swojej książce, która ukazała się pod znamienym i trudno to ukrywać dla wielu dyskusyjnym tytułem *Plants as persons*, uznaje, iż prawa dotyczyć powinny nie tylko ludzi, ale powinny uwzględniać istoty uznawane za nierozumne. Zmiany tej trajektorii należy upatrywać w rosnącej świadomości ekologicznej i kryzysie środowiska, ale także deantropocentryzacji humanistyki. Oznacza ona nie tyle proces eliminowania człowieka jako najistotniejszego podmiotu badań, co raczej odejście od „humanistycznej wizji człowieka jako miary wszechrzeczy i centrum zainteresowań badawczych” (Domańska 2008, s. 11). Od co najmniej dekady obserwować możemy wyraźny zwrot ku temu, co nie-ludzkie, a niektórzy badacze zwracają uwagę na proces krystalizowania się humanistyki ekologicznej (Domańska 2013), studiów środowiskowych, czy ekokrytyki. Posthumanistyka, czy też trafniej można by powiedzieć, humanistyka nieantropocentryczna neguje uprzywilejowaną pozycję człowieka w świecie, uznając konieczność docenienia innych nie-ludzkich bytów, takich jak zwierzęta czy rośliny.

Posthumanistyka nie porzuca zainteresowania człowiekiem, ile raczej reorganizuje wektor swoich zainteresowań, starając się uwzględnić wagę innych bytów w dyskursie. O ile jednak studia nad zwierzętami (*animal studies*) doczekały się wielu solidnych i ważnych opracowań naukowych, zajmując ważne miejsce w dyskursie, o tyle studia nad roślinami (*plant studies*) w dyskursie humanistycznym i społecznym dopiero walczą o swoją pozycję i uznanie. Jak pięknie konstatuje Darwin: „Jeśli przy obecnym stanie nauki nie chcemy umyślnie zamykać oczu, możemy w przybliżeniu poznać nasze więzy pokrewieństwa, których nie potrzebujemy się wstydzic. Najniższy bowiem żywy organizm jest jeszcze czymś o wiele wyższym niż nieożywiony proch pod naszymi stopami i nikt, kto bez uprzedzeń bada jakkolwiek, nawet najbardziej nikłą żywą istotę nie oprze się zachwytowi nad jej cudowną budową i właściwościami” (Darwin 1959, s. 165).

Choć niektórzy wieszczą „zwrot roślinny” w humanistyce (Bednarek 2018, s. 188), wydaje się, że jesteśmy raczej na początku tej drogi. Szczególnie wiele dyskusji budzi wspomniana już podmiotowość roślin, etyka roślin czy konieczność zaoferowania przynależnych im praw. Nie sposób jednak stwierdzić, iż *plant studies* należą do białych plam w rodzimym dyskursie naukowym. Do cennych inicjatyw w tym względzie zaliczyć można numer „Tekstów Drugich” poświęcony ekokrytyce (2018, nr 2), „Prace Kulturoznawcze” poświęcone kulturowemu herbarium (2020, nr 3), czasopismo „Znak” mierzące się z pytaniem: Dlaczego rośliny powinny mieć prawa? (2016, nr 733), „Czas Kultury” poświęcony rośl-inności³ (2008, nr 5) oraz lasowi (2017, nr 3) czy wreszcie sesję pt. „Relacje ludzi z roślinami w kontekście społeczno-kulturowym” podczas XVIII Zjazdu Socjologicznego (2022). Rośl-inna nieobecność w krajowym dyskursie naukowym została przełamana, a coraz więcej prac i inicjatyw z tego zakresu potwierdza świadomość badaczy w tym obszarze.

3 Tego typu zapis pojawia się w „Czasie Kultury” (2008, nr 5), poświęconym rośl-inności, co ma akcentować odrębność i unikalność roślin względem innych bytów.

Zamorska postuluje potrzebę uznania etyki roślin, która „wymaga od nas uważności na wielość form życiowych, różnaitość procesów stawania się w świecie roślinnym. W rozważaniach dotyczących stawania-się-życia istoty roślinne często «znikają» pośród innych agensów, wymieniane jednym tchem z kamieniami, wodą, wiatrem, drobnoustrojami itp. Konieczna jest głębsza refleksja nad samą zasadą roślinności (*plantness*), czyli odrębnością i specyfiką istoty wegetalnej” (Zamorska 2020a, s. 44). Organizacja proekologiczna *Asociacion Venezolana de Palmas* ogłosiła Uniwersalną deklarację praw roślin, w myśl której dobrostan naszej planety, a tym samym człowieka, zależy od dobrostanu roślin, a francuskie Zgromadzenie Narodowe przyjęło *Deklarację praw drzewa*, zgodnie z którą drzewo, analogicznie jak każda istota żywa, zasługuje na szacunek (Zamorska 2019, s. 191).

Marder piszący o „roślinnym myśleniu” i różnorodnych sposobach funkcjonowania roślin w świecie zwraca uwagę na trudność przekroczenia przez nas nie-ludzkiej perspektywy (Marder 2013), stąd tak karkołomne dla wielu może być zrozumienie procesów społecznych drzew i ich komunikacji. Filozof nie zabiega jednak o odkrywanie świata roślin, czego w sposób możliwie pełny dokonali botanicy, nie postuluje także wyjaśnienia roślinnej „niejasności”. Rekomenduje raczej budowanie relacji z roślinami w ontologii myśli słabej (Szpunar 2021), a więc wypracowanie cichej i empatycznej współpracy, która odbywać się powinna z pełnym poszanowaniem niewyraźności i niejednoznaczności roślinnego życia (Marder 2013, s. 181). Domaga się on „zazielenienia myślenia”, co odczytywać należy jako proces jego uetycznienia.

Jak słusznie zauważa Beer, język ludzki ze swymi ludzkimi punktami odniesienia sprawia, że wręcz niemożliwe staje się przeniknięcie innych trybów świadomości (2009, s. 245), w tym tego, co rozgrywa się w świecie roślin. Chodzi zatem o to, aby spojrzeć na rośliny jako aktorów obdarzonych sprawczością, którzy nie zasługują na instrumentalne traktowanie przez człowieka. Jak słusznie zauważa Leopold, „chodzi o to, abyśmy wreszcie zaczęli mówić w imieniu biotycznej wspólnoty” (za: Buell 2005, s. 136).

Drzewa i las w świadomości społecznej. Pomędzy biofobią a biofilją

Postrzeganie drzew i lasu niejednokrotnie ma charakter metafizyczny, czego przykładem są liczne roślinne archetypy, funkcjonujące w zbiorowej świadomości. Jak słusznie zauważa Krajewski, „ich długotrwałe wzrastanie, majestatyczność i górowanie nad nami oraz fakt, że są one potężnymi, złożonymi strukturami, sprawiają, iż odczuwamy wobec nich respekt, dobrze rozpoznany w wierzeniach ludowych, przekonaniach religijnych, ale też potocznej świadomości” (Krajewski 2021, s. 209–210). Percepcja drzew jako siedzib bóstw i dusz ludzkich była powszechna. Święte drzewa były czczone przez Rzymian, ludy słowiańskie i normańskie (Eliade 1966, Kopaliński 1987), a w mitologii germańskiej drzewa posiadały duszę, tym samym las stawał się siedzibą bogów (Teska, Michałowski 2016, s. 291).

Jak trafnie zauważa Teska i Michałowski, „las żyje. Buduje napięcie i buduje wokół siebie opowieści – powtarzane przy ogniskach, w zaciszach domów, niekiedy szeptem, by nie przywołać stworzeń, które go zamieszkują” (Teska, Michałowski 2016, s. 288). Archetyp wielkiego drzewa pojawia się w wielu mitach, czego przykładem jest Drzewo Lotosu Ostatniej Granicy, w którego cieniu kryją się dusze ludzi oczekujących na zmartwychwstanie (Dziekan 1997). Świadomość długowieczności drzew odciska swe piętno w rozlicznych legendach, w których antropomorfizowane stare drzewa pamiętają o kluczowych wydarzeniach (Siciński 1999). Łączenie drzew z losem człowieka uwidacznia się w zwyczaju sadzenia drzewa z okazji narodzin dziecka. W Polsce obyczaj ten różnicował sadzone drzewo ze względu na płeć dziecka. Dla chłopców przeznaczone były dęby, gdyż uważano, iż noszą one w sobie pierwiastek męski, dla dziewczynek – lipy, jako zawierające pierwiastek żeński (Ogrodowska 2000, Kowalski 1998).

W dawnych społecznościach rośliny reprezentowały siły nadprzyrodzone, odsłaniając to, co przynależało do świata pozazmysłowego (Eliade 1966). Koehler zwraca uwagę, iż „Las był (...) siedliskiem bóstw i źródłem wszelkiego natchnienia. Być może fascynował on umysły i pobudzał wyobraźnię właśnie dlatego, że znajdował się poza zasięgiem codzienności, że był niezgłębiony i tajemniczy” (Koehler 1971, s. 59). Od początków naszej cywilizacji przyroda, w tym interesujące nas lasy, były dla człowieka obszarami tajemniczymi, a rozliczne lęki przed tym, co niezrozumiałe, pozwalało oswoić myślenie magiczne.

W myśleniu i wyobrażeniach o lesie mocno uwidacznia się biofobia (Urlich 1993, s. 76–77). Przejawia się ona w negatywnych, przesyconych lękiem i niepewnością postawach wobec przyrody, która postrzegana jest jako niebezpieczna, dzika, niemożliwa do ujarznienia i okiełznania. Wydawałoby się, iż taki typ myślenia mamy za sobą, a nowoczesna cywilizacja na nowo zwraca się ku przyrodzie. Niestety, tak się nie dzieje, a wysokorozwinięta cywilizacja intensyfikuje okołoprzyrodnicze lęki, tak dobrze znane ludom pierwotnym. Orr podkreśla, że biofobia jest nabywana kulturowo, stanowiąc wypadkową współczesnego życia oddalającego ludzi od świata przyrody. Jego zdaniem obojętniejemy nie tylko na inne organizmy, lecz także wrogo nastawieni jesteśmy wobec całego środowiska przyrodniczego (Orr 1994). Zdaniem Krajewskiego, „to właśnie ten fatalizm powoduje, iż oparte na tak rozumianej biofobii usiłowania budowy ludzkiego świata, osobnego od tego przyrodniczego, są z zadziwiającym uporem ponawiane i to wbrew świadectwom potwierdzającym, iż prowadzi to do samounicestwienia ludzi jako gatunku” (Krajewski 2021, s. 206). Lękowe i nieprzychylne postawy wobec lasu zintensyfikował kryzys humanitarny na naszej granicy z Białorusią w 2021 roku. Od tego czasu dla wielu osób las przestał być bezpieczną przestrzenią, stając się wrogiem, nieprzyjaznym obszarem, w którym rozgrywają się dramaty ludzkie, a przerzucane od granicy do granicy osoby uchodźcze skazane są na tkwienie tygodniami w przestrzeni „niczyjej”.

Przeciwieństwem takiej postawy jest biofilia, oznaczająca naturalną, wrodzoną skłonność do poszukiwania kontaktu z naturą. Biofilie można rozumieć jako naturalne powinowactwo wszystkich żywych organizmów. Ukucie tego terminu przypisuje się Frommowi, który uznawał ją za ludzką skłonność do kontaktu ze wszystkim, co żywe (Fromm 1996). Wilson pojmuje tę kategorię podobnie, wskazując, że biofilia opisuje powiązania, których ludzie podświadomie poszukują z innymi formami życia (Wilson 1986). Według niego głębokie powiązania ludzi z naturą i innymi formami życia są głęboko zakorzenione w naszej biologii. Dlatego też zmęczony cywilizacją i jej szaleńczym tempem człowiek na nowo poszukuje kontaktu z naturą i przyrodą.

Rosnącego zainteresowania drzewami i lasem należy upatrywać w popularności wielu głośnych monografii: *Sekretne życie drzew* (Wohlleben 2017), *Instrukcja obsługi lasu* (Wohlleben 2018), *Drzewa w moim lesie* (Heinrich 2018), które przeniknęły do społecznej świadomości, kolonizując zbiorową wyobraźnię. Obecna w nich głęboko antropomorfizująca, romantyczna perspektywa, prezentuje drzewa jako aktorów komunikujących się, odczuwających, współpracujących ze sobą, co sprawia, że wiele osób zaczęło je postrzegać jako ludzkich i społecznych. U Wohllebena pojawia się pomiędzy drzewami przyjaźń, wychowanie potomstwa, pamięć drzew i odczucie czasu. Niektórzy sprzeciwiają się tak daleko posuniętym analogiom do świata ludzi, zarzucając Wohllebenowi romantyzm i nadmierną infantyлизację drzew, jednakże jak zauważa Roszczynialska, z pewnością „popularyzują jednak myślenie integrujące, sieciowo-relacyjne, współzależnościowe o przyrodzie i miejscu w niej lasów i ludzi” (Roszczynialska 2020, s. 21). Zdaniem wspomnianego już Mardera to właśnie antropomorfizowanie roślin przyczynia się do minimalizowania ich różnorodności. Celem jego „roślinnego myślenia” jest celebrowanie roślinnej odmienności, a wartością nadrzędną w spotkaniu z rośliną staje się jej inność.

Jeśli spojrzymy na las z perspektywy nieantropocentrycznej, to jawi się on jako wielogatunkowa relacja, której człowiek jest jedynie niewielką częścią (Konczal 2017). Niebagatelną rolę w procesie uświadomienia sobie potrzeby kontaktu z naturą odegrał czas pandemii. Wprowadzony czasowo zakaz wstępu do lasu zintensyfikował chęć przebywania w nim, uzmysławiając wielu osobom, jak bardzo ważny jest kontakt z nim dla naszego dobrostanu.

***Shinrin-yoku* i jego wpływ na dobrostan człowieka**

Shinrin-yoku to termin pochodzący z języka japońskiego, który w dosłownym tłumaczeniu oznacza leśną kąpiel. Metafora ta odnosi się do procesu „zatopienia” w lesie, na wzór osoby zażywającej kąpeli wodnej i zanurzającej się w wodzie (Li 2018, s. 321). Jak łatwo zauważyć, w *shinrin-yoku*⁴ chodzi o uważne doświadczanie lasu

4 Inne często spotykane określenia to: *forest therapy*, silvoterapia, silwaterapia, naturoterapia czy terapia lasem.

(Szpunar 2020) i chłonięcie go wszystkimi zmysłami. Praktyka ta oznacza świadome spędzanie czasu w lesie, w celu poprawy własnego dobrostanu psychicznego, poczucia bycia zdrowszym, spokojniejszym i szczęśliwszym.

Początkowo to prozdrowotne doświadczenie kontaktu ze środowiskiem lasu było znane i praktykowane wyłącznie w Japonii, z czasem upowszechniło się na Dalekim Wschodzie (Zhang, Deng, Ma i in. 2015). Obecnie staje się popularne, a nawet w pewnych środowiskach modne na całym świecie. Popularyzacja *shinrin-yoku* dokonała się w latach 80. XX wieku za sprawą Japońskiej Agencji Leśnictwa, która propagowała ideę leśnych spacerów, które miały minimalizować skutki wielu chorób cywilizacyjnych (Park, Tsunetsugu, Kasetani, Kagawa 2010).

Shinrin-yoku stanowi ważny element japońskiej kultury⁵, stanowiąc zwrot ku rekonstruowaniu utraconych i zdewastowanych relacjach z wyeksploatowaną naturą. W krajach azjatyckich *shinrin-yoku* jest praktykowane jako remedium na stresogenne środowisko (Kondo, Jacoby, South 2018). Japońskie korzenie *shinrin-yoku* są jak najbardziej społecznie uzasadnione, gdyż wedle szacunków to właśnie tam z przepracowania umiera około 30 tys. osób rocznie (Bielinis, Bielinis, Zawadzka i in. 2016, s. 238).

Pojawienie się *shinrin-yoku* w Kraju Kwitnącej Wiśni nie wydaje się zaskakujące, jeśli uświadomimy sobie, jak ważną rolę odgrywa tam symbolika przemijania, osadzona w sezonowości i rytmach życia roślin (Conder 2002). Silna potrzeba kontaktu z naturą sprawiła, iż ok. XI wieku modny wśród japońskiej arystokracji stał się zwyczaj celebrowania i podziwiania roślin, który z czasem stał się popularny także w niższych warstwach społeczeństwa. Wiersze zwane *waka* opiewały ulotne zjawiska sezonowe, czego kontynuację możemy odnaleźć także współcześnie podczas Świąta Kwitnącej Wiśni (Galera 2007, s. 125).

Ministerstwo Rolnictwa Leśnictwa i Rybołówstwa Japonii w latach 2004–2006 realizowało program „Therapeutic Effects of Forest Plan”, na który przeznaczono 4 mld dolarów. W jego ramach powstało w Japonii 31 ośrodków terapii lasem, 100 Leśnych Centrów Terapeutycznych, a także wytyczono 48 ścieżek do leśnej terapii. Według statystyk ze ścieżek tych korzysta rocznie prawie 5 mln ludzi. Japońskie *shinrin-yoku* zyskuje swoich zwolenników także w Korei Południowej, krajach skandynawskich oraz Stanach Zjednoczonych (Rutkiewicz i Hulewicz 2017, s. 206–207).

W Polsce sporo osób traktuje *shinrin-yoku* jako pewną formę szarlatanerii, ezoteryki czy dziwacznej praktyki Wschodu (Haller 2014). Takie przekonania pojawiają się u tych, którzy o *shinrin-yoku* wiedzą niewiele, bądź też swoją wiedzę opierają o uproszczone, przekłamane, a nawet nieprawdziwe informacje na temat kąpiele leśnych i możliwości leczenia lasem.

Przez długi czas naukowcy sceptycznie i nieufnie podchodzili do tej formy terapii, traktując ją wyłącznie jako nurt medycyny alternatywnej (Haller 2014).

5 Potwierdzeniem istotności *shinrin-yoku* jest liczba organizacji zajmujących się tą problematyką, takich jak Forest Therapy Society czy International Society of Nature and Forest Medicine.

W ostatnich latach świadomość prozdrowotnych i leczniczych właściwości lasu wzrosła, do czego w dużym stopniu przyczyniły się liczne publikacje naukowe, a także teksty popularyzujące tę problematykę. *Shinrin-yoku* staje się atrakcyjną formą spędzania czasu wolnego w naturze, ze szczególnym uwzględnieniem środowiska leśnego. Rosnąca liczba badań z zakresu prozdrowotnych właściwości lasu sprawia, iż leczenie lasem zaczyna być w wielu państwach uznawane przez medycynę akademicką (Kotte, Li, Shin, Michalsen 2019). Ekopsychiatria⁶ istotną rolę w funkcjonowaniu jednostki i jej psychiki przypisuje środowisku, w jakim ona funkcjonuje. Zgodnie z tym nurtem zdrowe środowisko, w tym środowisko przyrodnicze, mają niebagatelny wpływ na dobrostan psychiczny człowieka.

Na obecnym etapie naukowej refleksji i stanu badań możemy mówić o terapeutycznych i prozdrowotnych właściwościach lasu. Dysponujemy bowiem badaniami, które pokazują, iż przebywanie w środowisku leśnym pozwala zmniejszyć ciśnienie krwi oraz poziom tak zwanych hormonów stresu – kortyzolu i adrenaliny (Karjalainen, Sarjala, Raitio 2010). Regularnie korzystający z terapii leśnej znacznie rzadziej cierpią na depresję i odczuwają ogólny niepokój, niż osoby przebywające na terenach miejskich (Kawakami, Kawamoto, Nomura, Otani 2004). Leśne kąpiele bardzo pozytywnie wpływają na dzieci ze stwierdzoną nadpobudliwością psychoruchową (ADHD). Już 20-minutowy spacer w lesie powoduje lepszą koncentrację w porównaniu do dzieci spędzających czas wyłącznie w mieście (Taylor, Kuo 2009). Kąpiele leśne w znaczącym stopniu zwiększają również odporność organizmu. Badania pokazują, iż wystarczą trzy dwugodzinne sesje w lesie, aby znacznie obniżyć poziom hormonów stresu i zwiększyć liczbę białek przeciwnowotworowych (Li, Nakadai, Matsushima, Miyazaki 2006, Li 2008).

Leśna kąpiel zmniejsza także ryzyko chorób związanych z tak zwanym stresem psychospołecznym (Marselle, Irvine, Warber 2013). Kąpiele leśne pozwalają kontrolować poziom cukru we krwi w cukrzycy typu II, a jego poziom we krwi spadał już po 30 minutach przebywania w lesie (Ohtsuka, Yabunaka, Takayama 1998). Interesujących wyników dostarczają badania dotyczące wpływu przyrody na odczuwanie bólu. Co ciekawe, wpływ ten uwidacznia się nie tylko w bezpośrednim kontakcie z przyrodą. Wystarczy oglądać leśne krajobrazy i słuchać dźwięków lasu, aby obniżyć odczuwanie bólu podczas zabiegu⁷ (Lechtzin, Busse, Smith, Grossman 2010).

6 Trzeba wspomnieć, iż przy Polskim Towarzystwie Psychiatrycznym funkcjonuje Komisja Psychiatrii Ekologicznej. Jej działanie zasadza się na zwracaniu uwagi na środowiskowe i społeczne uwarunkowania zaburzeń psychicznych, a także propagowanie tej problematyki w szerszym środowisku.

7 Zabieg polegał na biopsji szpiku kostnego.

Zakończenie

Obserwowany w humanistyce zwrot ku roślinom problematyzuje pytania o definicję natury, a także miejsce i funkcje ludzkiej i nie-ludzkiej sprawczości. Filozofia roślin naznaczona biopolitycznymi reżimami nakazywała traktować je jako najbardziej obce byty względem człowieka. Coraz bardziej widoczne jest jednak odchodzenie od myślenia o przyrodzie, a tym samym o roślinach, w kategoriach eksploatacji na rzecz współpracy pomiędzy tym, co ludzkie, a tym, co przyrodnicze. Kulminacja bezprecedensowej dewastacji świata przyrody, wymieranie gatunków, czynienie sobie świata poddanym wydają się jednymi z najbardziej zgubnych strategii, które obrał człowiek. Technokratyczne przekonania każą wierzyć, że jedyną rolą natury jest służyć człowiekowi. *Plant studies* postulują odejście od antropocentryzmu na rzecz ekocentryzmu. Studia nad roślinami pozwalają trafniej rozumieć, ale i wyjaśniać nasze nierozzerwalne związki z naturą, wykształcając nowe sposoby narracji o świecie wolnym od instrumentalnego traktowania przyrody i bytów roślinnych.

Przez długi czas rośliny były pomijane ze względu na ich postrzeganie jako pozbawione ruchu, co lokowało je na najniższych poziomach bytów. Potrzeba dostrzeżenia istot roślinnych, „słabych”, pozbawionych głosu, a tym samym możliwości wyrażenia sprzeciwu, nie może się ograniczać do dyskursywnego apelu, chwilowo wytrącającego nas z roślino-słoty. Trzeba nam stałych, realnych i konsekwentnych działań, które pozwolą przywrócić głos nie-ludzkim aktorom, którzy zostali go pozbawieni w imię naszego panowania nad światem.

Zainteresowanie praktykami kulturowymi związanymi z roślinami, ale także naszymi relacjami z nimi, pozwala dostrzegać naszą międzygatunkową zależność. Studia nad roślinami wychodzą naprzeciw temu wyzwaniu, starając się zrehabilitować długoterminową nieobecność roślin w naszej świadomości, uwalniając od antropocentrycznej izolacji. Warto porzucić antropocentryczną hegemonię i spojrzeć z uważną czułością na byty pozaludzkie, nie tylko dlatego, aby przywrócić im widzialność i ważność, ale przede wszystkim dla nas samych. Niniejszy artykuł wychodzi naprzeciw temu wyzwaniu, starając się dostrzec to, co spychane na marginesy, traktowane jako naturalne, niezbywalne i oczywiste, a postępująca degradacja środowiska pokazuje, jak bardzo ta oczywistość staje się mglista i niestała. Mamy nadzieję, że niniejszy tekst będzie stanowił przyczynek do ważnej i koniecznej debaty nad rolą roślin w naszym życiu, bez których paradoksalnie to nie one, ale my stajemy się bytami roślinnymi. Dobrostan naszej planety, a tym samym człowieka, czy tego chcemy, czy nie, zależny jest od dobrostanu roślin. Warto budować relacje z bytami roślinnymi w ontologii myśli słabej, zazielenić myślenie, szanując niewyraźność i niejednoznaczność roślinnego życia.

Bibliografia

- Arystoteles. *O roślinach*. (1993). Regner L. (tłum.). W: Arystoteles. *Dzieła wszystkie*. T. 4. Paciorek A., Regner L., Siwek P. (tłum.). Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Bednarek J. (2018). „Upojenie jako triumfalne wtargnięcie w nas rośliny”: obietnice i niebezpieczeństwa roślinnej seksualności. „Teksty Drugie”, nr 2, s. 186–205.
- Beer G. (2009). *Darwin's plots. Evolutionary narrative in Darwin, George Elliot and nineteenth-century fiction*. New York: Cambridge University Press.
- Bielinis L., Bielinis E., Zawadzka A. i in. (2016). Wykorzystanie terenów przyrodniczo cennych województwa warmińsko-mazurskiego w terapii lasem: Konteksty, możliwości, ograniczenia. „Ekonomia i Środowisko”, nr 1(56), s. 236–245.
- Buell L. (2005). *The future of environmental criticism: environmental crisis and literary imagination*. Hoboken, New Jersey, Stany Zjednoczone: Blackwell Publishing.
- Ciesielski M., Stereńczak K. (2018). *What do we expect from forests? The European view of public demands*. „Journal of Environment Management”, nr 209, s. 139–151.
- Conder J. (2002). *Kwiaty Japonii*. Kraków: Universitas.
- Darwin K. (1959). *O pochodzeniu człowieka*. Panek S. (tłum.). Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Rolnicze i Leśne.
- Deleuze G., Guattari F. (2015). *Tysiąc plateau*. Warszawa: Fundacja Bęc Zmiana.
- Domańska E. (2008). *Humanistyka nie-antropocentryczna a studia nad rzeczami*. „Kultura Współczesna”, nr 3, s. 9–21.
- Domańska E. (2013). *Humanistyka ekologiczna*. „Teksty Drugie”, nr 1–2, s. 13–32.
- Dziadek M. (2021). *(Post)humanistyka antropocentrycznego exodusu – w stronę roślinnego socjety*. „Przegląd Kulturoznawczy”, nr 1(47), s. 43–60.
- Dziekan M.M. (1997). *Symbolika arabsko-muzułmańska*. Warszawa: Wydawnictwo Księży Werbistów Verbinum.
- Eliade M. (1966). *Traktat o historii religii*. Warszawa: Książka i Wiedza.
- Fromm E. (2015). *Serce człowieka*. Kraków: Wydawnictwo Vis-à-vis Etiuda.
- Galera H. (2007). *Morfologia a symbolika drzew. Pokrój ogólny*. „Nauka”, nr 2, s. 117–129.
- Hall M. (2011). *Plants as persons. A philosophical botany*. Albany: State University of New York Press.
- Haller J.S. (2014). *Shadow medicine: the placebo in conventional and alternative therapies*. Columbia: Columbia University Press.
- Haraway D. (2008). *Otherworldly conversations, terran topics, local terms*. W: „Material Feminisms”. Alaimo S., Hekman S. (red.).
- Hegel G., Wilhelm F. (1990). *Encyklopedia nauk filozoficznych*. Nowicki Ś.F. (tłum.). Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Heinrich B. (2018). *Drzewa w moim lesie*. Warszawa: Wydawnictwo Czarne.
- Karjalainen E., Sarjala T., Raitio H. (2010). *Promoting human health through forests: overview and major challenges*. „Environmental Health and Preventive Medicine”, nr 1, s. 1–8.

- Kawakami K., Kawamoto M., Nomura M. i in. (2004). *Effects of phytoncides on blood pressure under restraint stress in SHRSP*. „Clinical and Experimental Pharmacology and Physiology”, nr 31.
- Koehler W. (1971). *Las-człowiek*. „Sylwan”, nr 7.
- Konczal A.A. (2017). *Antropologia lasu. Leśnicy a percepcja i kształtowanie wizerunków przyrody w Polsce*. Warszawa: Wydawnictwo IBL.
- Kondo M.C., Jacoby S.F., South E.C. (2018). *Does spending time outdoors reduce stress? A review of real-time stress response to outdoor environments*. „Health Place”, nr 51, s. 136–150.
- Kopaliński W. (1987). *Słownik mitów i tradycji kultury*. Warszawa: Państwowy Instytut Wydawniczy.
- Kotte D., Qing L., Won S.S. i in. (2019). *International handbook of forest therapy*. Newcastle upon Tyne, Wielka Brytania: Cambridge Scholars Publishing.
- Kowalski P. (1998). *Leksykon znaki świata. Omen, przesąd, znaczenie*. Warszawa–Wrocław: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Krajewski M. (2021). *Miejsce drzew jest w lesie. O miejskiej biofobii*. „Stan Rzeczy”, nr 1(20), s. 203–224.
- Le Guin U.K. (1993). *Szerzej niż imperia i wolniej*. Jęczmyk L. (tłum.). W: *Dziewczyny Buffalo i inne zwierzęce obecności*. Warszawa: Wydawnictwo Alkazar.
- Lechtzin N., Busse A., Smith M. i in. (2010). *Randomized trial of nature scenery and sounds versus urban scenery and sounds to reduce pain in adults undergoing bone marrow aspirate and biopsy*. „The Journal of Alternative and Complementary Medicine”, nr 16(9), s. 965–972.
- Li Q. (2018). *Shinrin-yoku. Sztuka i teoria kąpieli leśnych*. Kraków: Isignis Media.
- Li Q., Kobayashi M., Inagaki H. i in. (2008). *A forest bathing trip increases human natural killer activity and expression of anti-cancer proteins in female subjects*. „Journal of Biological Regulators and Homeostatic Agents”, nr 22(1).
- Li Q., Nakadai A., Matsushima H. i in. (2006). *Phytoncides (wood essential oils) induce human natural killer cell activity*, „Immunopharmacol Immunotoxicol”, nr 28(2).
- Mancuso S., Viola A. (2017). *Błyskotliwa zieleń*. Wrocław: Wydawnictwo Bukowy Las.
- Marder M. (2013). *Plant-thinking. A philosophy of vegetal life* New York: Columbia University Press.
- Marselle M.R., Irvine K.N., Warber S.L. (2013). *Walking for well-being: are group walks in certain types of natural environments better for well-being than group walks in urban environments?* „International Journal of Environmental Research and Public Health”, nr 10, s. 5603–5628.
- Nealon J.T. (2016). *Plant Theory: Biopower and Vegetable Life*, Stanford: CA.
- Ogrodowska B. (2000). *Zwyczaje, obrzędy i tradycje w Polsce. Mały słownik*. Warszawa: Wydawnictwo Księży Werbistów Verbinum.
- Ohtsuka Y., Yabunaka N., Takayama S. (1998). *Shinrin-yoku (forest-air bathing and walking) effectively decreases blood glucose levels in diabetic patients*. „International Journal of Biometeorology”, nr 41(3), s. 125–127.

- Orr D.W. (1994). *Earth in mind: on education, environment, and the human prospect*, Waszyngton, Stany Zjednoczone: Island Press.
- Park B.J., Tsunetsugu Y., Kasetani K. i in. (2010). *The physiological effects of shinrin-yoku (taking in the forest atmosphere or forest bathing): evidence from field experiments in 24 forests across Japan*. „Environmental Health and Preventive Medicine”, nr 15(1), s. 18–26.
- Roszczyńska M. (2020). *Drzewa i lasy – alternatywne przyrody w polskich księgarniach (w drugiej dekadzie XXI wieku)*. „Annales Universitatis Paedagogicae Cracoviensis. Folia Poetica”, nr 8, s. 3–26.
- Rutkiewicz A., Hulewicz M.A. (2016). *Leśny produkt turystyczny „Leczenie Lasem” – analiza przypadku*. „Studia i Materiały CEPL w Rogowie”, z. 52, s. 205–214.
- Schneekloth L. (2001). *Plants: the ultimate alien*, „Extrapolation”, vol. 42, nr 3.
- Siciński J.T. (1999). *Człowiek i drzewo*. „Drzewa, Krzewy, Park”, nr 3, s. 7–9.
- Swenson H. (2015). *The secret lives of dead plants. 50th International Congress on Medieval Studies*. Kalamazoo.
- Szopa K. (2015). *Rośl-inne myślenie, czyli przyczynek do plant studies*. „Czas Kultury”, nr 1, s. 150–155.
- Szpunar M. (2020). *O istocie uważności w nieuważnym świecie*. „Kultura–Media–Teologia”, nr 42, s. 22–36.
- Szpunar M. (2021). *O doniosłości niepewności i myśli słabej*. „Zeszyty Prasoznawcze”, nr 3, s. 87–99.
- Taylor A.F., Kuo F.E. (2009). *Children with attention deficits concentrate better after walk in the park*. „Journal of Attention Disorders”, nr 12(5), s. 402–409.
- Teska M., Michałowski A. (2016). *Symbolika lasu w wierzeniach Celtów i Germanów*. „Studia Materiały Ośrodka Kultury Leśnej”, nr 6, s. 287–303.
- Ulrich R. (1993). *Biophilia, biophobia, and natural landscapes*. „The Biophilia Hypothesis”, nr 7, s. 73–137.
- Wandersee J.H., Schussler E.E. (2001). *Toward a theory of plant blindness*. „Plant Science Bulletin”, nr 47(1), s. 2–9.
- Wilson E.O. (1986). *Biophilia. The human bond with other species*. Cambridge, Massachusetts, Stany Zjednoczone: Harvard University Press.
- Wohlleben P. (2017). *Sekretne życie drzew*. Kraków: Wydawnictwo Otwarte.
- Wohlleben P. (2018). *Instrukcja obsługi lasu*. Kraków: Wydawnictwo Otwarte.
- Zamorska M. (2019). *Kain, plantacjocen i wykluczanie światów roślinnych*. „Kultura i Historia”, nr 26, s. 185–194.
- Zamorska M. (2020). *Kulturowe herbarium. Polityka, etyka i estetyka roślin*, „Prace Kulturoznawcze”, nr 24(3), s. 9–21.
- Zamorska M. (2020a). *Etyka roślin. Wiedza, troska i stawanie się z Innymi*. „Prace Kulturoznawcze”, nr 24(3), s. 43–62.
- Zhang T., Deng S., Ma Q. i in. (2015). *Evaluations of landscape locations along trails based on walking experiences and distances traveled in the Akasawa Forest Therapy Base*. „Central Japan. Forests”, nr 6(8), s. 2853–2878.