



Ewa Danuta Białek

Instytut Psychosyntezy w Warszawie
E-mail: instytut@psychosynteza.pl

Czy jest możliwym pozbawić człowieka jego sensu i znaczenia? / *Is it possible to eliminate the human his meaning and significance?*

Abstract

The article deals with the reflection on the significance and meaning of human life experience as a way to raise awareness about himself, other people and the world. The author raises a lot of questions about the human condition and the world, evoking obvious examples from the life of a single individual and the community, and reflects on the shortcomings in the training and education that have caused them. In the meantime, she wonders and turns the reader into thinking about the status of loved ones, families, the environment of the deep pathologies, transmitted through generations, as the effects of the world wars and quarels at home on quality of life for the young generation. According the author it requires special inspection of such quality as: will and making choices, own example, as well as self-esteem and responsibility for his life and health. Through a question about its meaning and significance, she reminds the reader a great need to ask himself his personal question how everybody may influence the environment and bring solutions for individual and global problems. The author draws conclusions for education for the future, avoiding any therapy over years for both individuals and social pathology.

Key words: meaning of life, meaning of life experiences, human condition, state of the world, self-esteem, responsibility for health, education for the future, applications for education, solutions for the future problem

WPROWADZENIE

ata życia, także pracy w nauce (medycynie) i jego doświadczenia uświadomiły mi jak wychowanie człowieka i jego kształcenie przyczynia się do zaistnienia lub braku wielu cech jego człowieczeństwa, czyniąc go istotą wrażliwą bądź bezduszną osobą, maszyną automatycznie powielającą te same czynności.

W artykule ukazałam zaledwie kilka przestrzeni życia, które ulegają zablokowaniu w jego trakcie, nie pozwalając osobie być w pełni sobą. Stawiam także ważne dla każdego filozoficzne pytania o sens życia i cel doświadczeń każdej osoby.

CZY MOŻNA PRZESTAĆ BYĆ SOBĄ?

To istotne pytanie postawiłam wiele już lat temu jako zasadnicze na sesji plakatowej jednej z konferencji naukowych. W jej trakcie podszedł do mnie student i bardzo zdenerwowany oświadczył: jesteśmy programem innych: mediów, nauczycieli, rodziców (Białek i Krygier 2005: 84). Czy w ogóle możemy być sobą?

Warto poddać refleksji zarówno pytanie, jak i odpowiedź tego młodego człowieka. Co jest nie tak w wychowaniu i edukacji? Jaki błąd popełniamy my, dorośli, że zamiast wspierać w dziecku to, co jest w nim zawarte (jak w nasieniu rośliny) Białek 2009), usiłujemy je zmieniać na nasz wzór i podobieństwo? Czy ten wzór jest aby właściwy?. Czy ten wzorzec kodowania jest odpowiedni dla niego? Gdzie jest przestrzeń wzrostu i wyboru jego drogi? Czy ma wybór? Gdzie gubi się jego wola? Czy ma swoją wolę do wyborów? Czy nauki społeczne, a szczególnie klasyczna psychologia, wykładana na wielu kierunkach od dziesiątków lat poświęciły uwagę woli – jej cechom, jakościami, rozumieniu jej istoty w człowieku, wreszcie dobrej, silnej i skutecznej woli? (Białek 2003: 125). Gdzie jest wola w człowieku? (Białek 2002, 239). Kto nią steruje? Kto wreszcie nią manipuluje, wymuszając coś, co nie jest naturalne, przyjazne, zdrowe dla człowieka?

Każdego dnia mamy do czynienia z manipulacją. Codziennie w telefonach poszczególnych osób rozbrzmiewa głos usiłujący namówić ją na zakup często rzeczy zupełnie jej niepotrzebnej, podobnie jak i usługi pod pretekstem jedynej w życiu okazji. Jesteśmy stawiani pod ścianą także w niektórych bankach czy u doradców finansowych, gdy okazuje się, że oferty nie odpowiadają naszym oczekiwaniom i jesteśmy zmuszeni nagiąć się presji niepowtarzalnej okazji. Czy tak jest istotnie? Czy musimy od kogoś kupować towar, który on chce sprzedać, a nie to, co my chcemy kupić, ponieważ uważa, że to jest dla nas lepsze, bardziej odpowiada naszym potrzebom? Czyżby?

Wiele osób poddaje się takiej presji, a potem, post factum zostaje z ratami za przedmiot lub z nie zamawianą usługą, która nie jest tą, której oczekiwała, oraz pustką w portfelu.

Rodzi się wiele pytań z tym związanych. Czy człowiek robi wszystko w złej wierze, aby zarobić, omamiając drugiego człowieka, myśląc, że to przedmiot, który nie ma woli? A może robi to nieświadomie, w dobrej wierze, chcąc pokazać towar (i swoją pracę) z najlepszej strony, nie zdając sobie sprawy, że naciska na czyjąś wolę, usiłując zdominować jego wolę swoją? I tu kłaniają się aspekty woli: dobra, silna i efektywna. Czy w tym opisanym wyżej przypadku silna wola sprzedawcy (niezrównoważona z innymi jej aspektami) przeważała nad brakiem jakiegokolwiek własnej woli kupującego?

I tu wracamy do istoty rzeczy: gdzie jest „zakopana” moja wola? Czy ktoś mnie kiedyś, gdzieś tego uczył? A może zdominował, zaprogramował mnie na programy innych i teraz moja wola siedzi we mnie cichutko jak myszka?

ODPOWIEDZIALNOŚĆ ZA SWOJE ŻYCIE I ZDROWIE

Z tematyką woli łączy się problem zarówno zdrowia jak i odpowiedzialności za siebie (też w aspekcie etycznych zachowań).

Od najmłodszego wieku jesteśmy uczeni oddawania odpowiedzialności za nasze zachowania (nawyki, postawy, zdrowie, nałogi) w obce ręce. Gdy dziecko boli brzusek, matka, zamiast zastanowić się nad powodem, takim jak np. niewłaściwy posiłek czy napój, także jej oddziaływanie „słowem” (Białek 2003: 62, Białek 2013), natychmiast udaje się z tym do lekarza, aby on zlikwidował objaw. Nie ma świadomości, że tego rodzaju proces wykreśla z pola widzenia najważniejszą sprawę – przyczynę. Objaw znika i wydaje się, że problem również zniknął. Niestety problem narasta. Jest jak jedna komórka rakowa, której nikt i nic, nawet wyspecjalizowana aparatura medyczna nie zarejestruje. Ona wzrasta w utajeniu, multiplikuje się, często przez lata, aby po stosownym czasie ujawnić się jako lity guz, wymagający już tylko operacji.

Tak też jest z tym „zakopany” powodem bólu brzuszka dziecka (Białek 2003: 62). Zakrytego powodu już nie widać. Nikt o nim nie pamięta, aż do czasu, gdy powtórzy się drugi, trzeci i kolejny raz (Białek 2011). I znowu, z powodu oddanej kiedyś komuś odpowiedzialności, reakcja rodzica, a potem dorosłej już osoby (będącej kiedyś tymże dzieckiem) jest podobna: idzie do lekarza.

Wielu psychoterapeutów pracuje z wewnętrznym dzieckiem swych dorosłych pacjentów. Odkrywają się wtedy pokłady bólu i cierpienia „zastygłe” w ciele, a pod spodem negatywne emocje: złość, strach, smutek, żal, poczucie winy (Firman i Russel: 1994, Firman i Gila 1997). Przykłady można by mnożyć. Choroba nie jest tylko w fizycznym ciele. Ona ma psychologiczne korzenie. Wrzody żołądka, dwunastnicy, choroba niedokrwienna serca, choroby krążenia to tylko kilka przykładów chorób cywilizacyjnych, wynikających z braku czasu, zdenerwowania, odreagowywania na innych (w tym dzieciach). Innymi przykładami są choroby z autoimmunoagresji, w tym astma czy chociażby choroby reumatyczne. Pod wpływem stresu osoba przestaje sobie radzić z wieloma sytuacjami życiowymi, a to osłabia układ immunologiczny, który staje się mało wydolny i emocje niszczą strukturę i funkcje metaboliczne organizmu. Obecnie bujnie rozwijająca się w Stanach Zjednoczonych od 30 lat psychologia energetyczna opisuje tego rodzaju choroby jako psychoenergetyczne, ponieważ została zablokowana w ciele energia emocji negatywnych, wywołując ból i cierpienie (Białek 2011).

Czy jesteśmy w stanie zacząć uświadamiać sobie przyczyny? Czy jesteśmy w stanie uczyć już w szkole, a nawet w przedszkolu sensu i znaczenia podobnych doświadczeń, poprzez pokazywanie dzieciom jak radzić sobie z negatywnymi emocjami, jak je odreagowywać w zdrowy, nie raniący nikogo sposób? (Białek 2006). Ponieważ inaczej potrzeba już tylko terapii, niezbędnej nie tylko u osoby, u której pojawił się problem, ale także rodziny, zarówno z której osoba się wywodzi, jak i tej, którą stworzyła, nieświadomie projektując swoje edukacyjne „braki”.

To, o czym piszę, to problem wielu rodzin w Polsce, (a może i większości), także

i na świecie, również przyczyn tzw. chorób genetycznie uwarunkowanych (Miller 1991, Białek 2011). To także problem wywoływania wojen międzynarodowych i czystek etnicznych w indywidualnych narodach. Nie ma nadal społecznej świadomości, że problem narasta pokoleniowo i że każde pokolenie niesie ze sobą coraz więcej agresji i przemocy w sobie, jako wzorców dla swych rodzin, a to, według rozwijającej się bujnie epigenetyki jest czynnikiem „środowiska”, które oddziałuje na geny. Nie trudno sobie bowiem wyobrazić, (ponieważ można to sprawdzić na własnych genetycznych „korzeniach”), jakie były czasy wzrastania naszych poprzednich generacji, żyjących chociażby tylko w czasach I czy II wojny światowej, także w systemach totalitarnych w krajach komunistycznych. O tych problemach można znaleźć wiele w książkach A. Miller, która badała biografie licznych przywódców tych ostatnich, a szczególnie ich dzieciństwo (Miller 1999)

W latach 70-80 XX. grupa naukowców Uniwersytetu Jagiellońskiego opisała i zdiagnozowała u dorosłych objawy chorób występujących po długotrwałych stresach (PTSD - post traumatic stress disorders), gdy pacjenci po wielu latach leczenia przez terapeutów odczuwają nadal odcięcie przepływu energii w ciele i tego konsekwencje, jakby ciało było martwe. Towarzyszył temu całe lata przeżywania trudny do opisanego ból i cierpienie. Zaczęto te objawy łączyć z trudnymi doświadczeniami wojny i obozów koncentracyjnych. Podobnie było z dziećmi byłych więźniów politycznych okresu stalinowskiego. Z opisanych przez nich danych literaturowych wiadomo, że tego rodzaju traumatyczne doświadczenia mają swe ewidentne fizyczne i psychiczne skutki, ujawniające się w drugim, a może i trzecim pokoleniu (Miller 1984: 161, Kempisty 1973: 34, Danieli 1985: 34). Te ponad pół wieku temu opublikowane prace warte są szczególnej uwagi i refleksji po latach, gdy dorasta kolejne już, czwarte pokolenie ofiar wojny i podobnych przeżyć okresu powojennego (Białek 2011, Białek 2011). Tym bardziej godne są odkopania w obliczu następnych, tym razem zagranicznych źródeł naukowych, badających podobne związki agresji i przemocy w szerszej skali.

Jak wiadomo wojnom w skali świata nie ma końca, czego przykładem mogą być nieustanne konflikty między sąsiadującymi narodami, jak również w tych samych narodach. Jest to obecnie coraz częściej rozpoznawane zjawisko, na które zwraca się uwagę, analizując jakość relacji międzyludzkich (Białek 2012). Wydawnictwo Uniwersytetu Cambridge wydało kilka lat temu książkę *Collective Violence and trauma* (Culture under siege 2000), dotyczącą skutków zbiorowej przemocy i traumatycznych doświadczeń na obraz stosunków międzyludzkich, zarzewia konfliktów i czystek etnicznych, także wojen. Autorzy zbierali przez lata wiele badań, głównie ze sfery psychoanalizy i antropologii, dla zrozumienia i wyciągnięcia wniosków, dotyczących przemocy i zbiorowej traumy, mającej swe społeczne skutki na jakość społeczeństwa. Część z nich poświęcona jest drugiej generacji ofiar Holocaustu i uświadomienia trans-pokoleniowego przekazu od rodziców, poprzez dzieci do wnuków, a być może i dalej. Społeczna przemoc jest bowiem kontynuowana przez ofiary wiele lat po fakcie zaistnienia indywidualnej traumy i wymaga uzdrowienia jej w danej osobie. Niestety, jak widać to w dzisiejszych czasach, istnieje nieustannie zarzewie wojen i konfliktów, od rodzin zaczynając na narodowych kończąc, gdyż traumy zarówno indywidualne, jak i społeczne nie zostały uzdrowione (Białek 2009: 57).

Codziennością współczesności jest brak czasu, miłości dla siebie i innych, podobnie jak edukacji i nauki o życiu. Te właśnie sfery ludzkiego życia powinny być uzupełniane o naukę z życia (życiowych doświadczeń) i nauki o sobie („nauka o Ja”) (Białek 2009: 37). Zaczniemy wtedy brać odpowiedzialność za to, co robimy i kim jesteśmy. Unikniemy milionów ofiar konfliktów zbrojnych i wojen, przemocy domowej i ulicznej, chorób wynikających z trans-pokoleniowego przekazu agresji, złych nawyków i blokad nie wyrażonej w zdrowy sposób energii negatywnych emocji nagromadzonych w ciele, która wywołuje wojny w sobie, rodzinie i świecie (Miller 1995, Białek 2003: 394). A przede wszystkim zaczniemy tworzyć świat poszanowania drugiej osoby i jej programu na życie, życia jako całości, zdrowia siebie i najbliższego otoczenia (Białek 2006: 145, Białek 2007: 381) .

Może warto już od wczesnych lat kształcenia uruchamiać w dziecku myślenie refleksyjne o skutkach i przyczynach, także o wyborach takich czy innych rozwiązań (Białek 2004: 35, Białek 2005: 315, Białek 2008: 274). Nie byłoby wtedy wyborów „na ślepo”, bezwolnych. Byłoby także mniej społecznych patologii (Białek 2007: 227). Nie nauczymy bowiem niczego i nikogo, wmuszając presją postępowanie, którego przykładem bodajże nie jesteśmy. Musimy nim być, ponieważ tylko przykład, autorytet oraz refleksja działa (Białek 2004: 35). Inaczej jest to próżny trud, a może jeszcze szybciej odbije się to rykoszetem w nas samych. Człowiek nie jest bowiem maszyną, na której można wymusić automatyczne działania. Szkoda tylko, że nie ma takiej edukacji na czas, zanim cokolwiek zaistnieje w życiu osoby, co zmusi ją i tak po latach cierpienia do refleksji nad życiem i sensem jego doświadczeń, spowodowanych nieświadomością, ignorancją lub zaniedbaniem (Białek 2005: 315, Białek 2008: 11; Białek 2010: 271). Warte przywołania jest tu przysłowie: Polak mądry po szkodziu. Myślę, że nie tylko Polak, także każdy inny człowiek.

WZORCE POZUCIA NISKIEJ WARTOŚCI

Wiele osób zmaga się przez lata z poczuciem niskiej wartości, niedocenianiem siebie, tego, co wnosi do życia indywidualnego i społecznego. Każdą krytykę tego, co prezentuje sobą przyjmuje jako opinie lub ocenę siebie – jako osoby. Przysparza jej to często lat cierpienia i „schowania” w sobie, unikania ludzi lub całych środowisk. Bywa też, że one, nie przyjmując jej sposobu myślenia i postrzegania świata, odrzucają ją, uważając to, co wnosi za ekscentryczne, a nawet źle widziane w danym środowisku. Znamy przykłady z historii wielu kompozytorów, genialnych uczonych czy malarzy, odrzucanych przez współczesnych, którzy bywało, że dopiero po śmierci zostali dostrzeżeni i docenieni. To znowu jest asumpt do refleksji nad kondycją człowieka: dlaczego odrzuca inność, także odrzucając siebie, jako autorytet, szukając na zewnątrz wzorców, jaki ma być.

A jaki ma być? Jak wyglądać? Na czyj wzór i podobieństwo? Czy trzeba kopiować kogokolwiek, ponieważ tak nas kiedyś nauczono, że nie można być sobą, tylko programem innych? Czemu człowiek nie docenia siebie, swej inności, tego, co prezentuje sobą? Czemu społeczeństwo narzuca mu obce wzorce, cudze wzorce, nieadekwatne do programu na życie, który każdy ma w sobie? (Pierce 1992). Czemu człowiek: rodzic, nauczyciel przekracza prawa, które dotyczą każdej osoby (Białek

2006). To jego moralny obowiązek wiedzieć co czyni. Czy z tego powodu nie rodzą się osobiste dramaty i społeczne patologie, chociażby takie, jak: uzależnienia od: zakupów, gadżetów, internetu, gier, alkoholu, narkotyków, seksu? Czy z powodu nieumiejętności znalezienia siebie, w natłoku celebrytów, którzy pokazują jak żyć i jak osiągnąć sukces, tak wielu nastolatków popełnia samobójstwo? Może to ktoś, kiedyś zapomniał lub przeoczył moment, gdy człowiek poszukuje swojej tożsamości i zamiast pokazywać drogi jak ją znaleźć (integrując siebie) nie wsparł takiej osoby na jej drodze życia?

Czy nieświadomość zwalnia od odpowiedzialności za stan społeczeństwa i świata, a przecież każda osoba tworzy zarówno społeczność, jak i jest częścią świata? Nawet w imię przyjętych kiedyś dawno czyichś poglądów czy paradygmatów, które są niezmiennie przez pokolenia?

Postawiłam tu ważne pytania, zasadnicze pytania o sens życia każdego, o istotę życia jako całości, społeczeństwa i świata. Są one stale otwarte i oczekują na odpowiedzi. Nie wystarczy kompilować czyjeś prace. Warto poddać refleksji własne życie, wszystko wokół i zacząć wyciągać wnioski na temat przyszłości człowieka i świata. Obraz społeczeństwa odbija bowiem nas – jakimi jesteśmy. Czego zabrakło? Co ja...każdy z nas może wnieść do świata z siebie, ze swego doświadczenia, swego "braku", z którym skonfrontowało go życie? Jest to przecież „edukacji dla przyszłości” (Białek 2002: 13; Białek 2008: 11, Białek 2012: 13, Białek 2014) , ponieważ po latach trzeba będzie już tylko terapii: indywidualnej, społecznej i światła. Czy przeżyjemy? Czy przeżyje świat?

LITERATURA

1. Białek E., Nowa psychologia i nowa pedagogika – psychosynteza w edukacji. w: Edukacja wobec wyzwań kulturowo-cywilizacyjnych. Red. naukowa J. Kojkoł, P.J. Przybysz. Akademia Marynarki Wojennej Gdynia, 2002, s. 239-248.
2. Białek E., Jaka ma być edukacja? w: Dokąd zmierzasz człowieku? Model edukacji dla przyszłości. Pod redakcją E. Białek. Opublikowane materiały z I Naukowej Konferencji pod tym samym tytułem, SEDP, Warszawa 2002 s.13-32
3. Białek E., Wola w psychosyntezie. Dydaktyka literatury XXIII, Uniwersytet Zielonogórski, Wydawnictwo Naukowe Pol. Tow. Pedag. W Poznaniu, Zielona Góra 2003, s. 125-136
4. Białek E., Pedagogika „jutra” w świetle osiągnięć wybranych dyscyplin nauki „dzisiaj”. w Przemiana, myśl i poznanie. Księga Jubileuszowa poświęcona Profesorowi Wojciechowi Pasterniakowi, Praca zbiorowa pod red. T. Frąckowiaka, Wydawnictwo Naukowe PTP, Poznań 2003, s. 394-420
5. Białek E., Jakość werbalnego przekazu dorosłego w kontekście krzywdzenia dziecka (The quality of adults” verbal Communications in the context of child abuse). IX ISPCAN European Conference on Child Abuse and Neglect. Promoting Interdisciplinary Approach to Child Protection, Warsaw-Poland, August 29-31, 2003 Program & Abstracts s. 62
6. Białek E., Nauczyciel przyszłości – zastosowanie psychosyntezy w nauczaniu nowej kadry w: Materiały konferencyjne. Pedagogika we współczesnym dyskursie humanistycznym. V Ogólnopolski Zjazd Pedagogiczny, Dolnośląska Szkoła Wyższa Edukacji TWP we Wrocławiu, Polskie Towarzystwo Pedagogiczne, Wrocław 23-25 IX. 2004, s. 35-46.

7. Białek E., Kształcenie kadry – wypracowywanie modelu edukacji „teraz”, mającej pozytywne skutki globalne „jutro” w: *Pedagogika jako formacja intelektualna refleksji we współczesnym dyskursie humanistycznym*. Red. J. Gnitecki. Pol.Tow. Pedagogiczne Oddział w Poznaniu, Poznań 2005, s. 315-325
8. Białek E., Krygier B., Jakość medialnego przekazu w podejściu psychosyntezy w: *Studia Medioznawcze*, v.2 (21), Warszawa 2005, s. 84-100
9. Białek E., *Prawa psychodynamiki*, Nowe w szkole, nr 3 (91), Marzec 2006.
10. Białek E., *Wspomaganie równowagi emocjonalnej nauczycieli*. Nowe w szkole, nr 5, 2006
11. Białek E., *Elementy równowagi emocjonalnej nauczyciela*. Nowe w szkole, nr 6, 2006
12. Białek E., *Nauczyciel/wychowawca przyszłości – człowiek/humanista czy robot?* w: *Dydaktyka literatury XXVI, Wyższa Szkoła Humanistyczna w Lesznie*, Wydawnictwo Naukowe Polskiego Towarzystwa Pedagogicznego w Poznaniu, Leszno 2006, s. 145-160
13. Białek E., *Diagnoza patologii w szkole: profilaktyka i terapia – podejście psychosyntezy*. Konferencja Trzcianka „Edukacja do bezpieczeństwa” IV, 2007 *Edukacja dla bezpieczeństwa. Bezpieczna szkoła. Bezpieczny uczeń. Edukacja wobec zagrożeń szkolnych*. Red. D. Czajkowska-Ziobrowska. A Zduniak, Poznań 2007, s. 227-235
14. Białek E., *Kadra dla bezpieczeństwa szkolnego. Wypracowywanie modelu edukacji szkoły „jutra” – podejście psychosyntezy*. Konferencja Trzcianka „Edukacja do bezpieczeństwa” IV, 2007 w: *Edukacja dla bezpieczeństwa. Bezpieczna szkoła. Bezpieczny uczeń. Edukacja wobec zagrożeń szkolnych*. Red. D. Czajkowska-Ziobrowska. A Zduniak, Poznań 2007, s. 381-392
15. Białek E., *Trendy edukacji XXI wieku. Rzeczywistość i wizja: wyzwania, bariery, przestrzeń tworzenia*. w: *Edukacja bez granic - mimo barier. przestrzeń tworzenia*. T.1. Red. Naukowa: P. Bury, D. Czajkowska-Ziobrowska. Edukacja XXI wieku 13. Poznań 2008, s. 11-19
16. Białek E., *Wyzwanie przyszłości – edukacja siebie samego*. Zeszyty naukowe Akademii Marynarki Wojennej im. Bohaterów Westerplatte. Publikacje z zakresu społeczno-militarnych wyzwań współczesnej kultury, Rok XLX, nr 176 A, Gdynia 2009, s. 37-50
17. Białek E., *Wychowywać - tracić czy wydobywać człowieczeństwo? W: Odrodzenie człowieczeństwa. Ludzkie transformacje*. Red. naukowa Halina Romanowska-Łakomy, ENETEIA, Warszawa 2009, s. 57-69
18. Białek E., *Nauka o „ja” - edukacja siebie samego*. w: *Edukacja bez granic - mimo barier. Przestrzeń tworzenia*. T.2 Red. Naukowa: T. Smal, A. Zduniak. Edukacja XXI w.14, Poznań 2008, s. 274-283
19. Białek E.D., *Zrównoważony rozwój dziecka w świetle nowych wyzwań*, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków, 2009
20. Białek E.D., *Słowo jako energia*. (Psychoenergetyka słowa 2003), Instytut Psychosyntezy, Warszawa 2013
21. Białek E.D., *Pedagogika zintegrowana - holistyczna. Przyczynek do modelu edukacji dla przyszłości cz.2. podejście integracyjne na xxi wiek*, Dydaktyka literatury XXX, Leszno 2010, s.271-290
22. Białek E.D., *Psychosomatyczne, emocjonalne i duchowe aspekty chorób ze stresem*, Instytut Psychosyntezy, Warszawa 2011
23. Białek E.D. *Fibromialgia. Czy istnieje nadzieja na wyzdrowienie?* Instytut Psychosyntezy. Warszawa 2011
24. Białek E.D. World Forum, Oxford (GB), organized by IBC and ABIRA – 28th August – 3rd September. Speaker of the lecture: Synthesis as a way to solve the problems of Man and the World

25. Białek E.D. Świadomość indywidualna – jako być albo nie być człowieka i świata w: Obszary akademickiej wiedzy naukowej. Prawo i społeczeństwo. Fizyka. Tematy do dyskusji na XXI wiek, red. Naukowa. M. Gwoździcka-Piotrowska, J. Wiśniewski, P. Ziobrowski, Poznań 2012, s.13-24
26. Białek E.D., Wychowanie dziecka. W kierunku zdrowia i harmonii w sobie i świecie, Instytut Psychosyntezy, Warszawa 2014
27. Cultures Under Siege: Collective Violence and Trauma, edit. by C.G. Antonious, M Robben, F. S.Orozco, Cambridge University Press 2000
28. Daniela Y., Odległe następstwa prześladowań hitlerowskich w rodzinach ocalałych ofiar, Przegląd Lek, 1985, nr 1, str. 34-41.
29. Firman J., Russell A., Opening to the Inner Child. Recovering Authentic Personality. Psychosynthesis Palo Alto, Monograph Series 1994.
30. Firman J., Gila A., The Primal Wound. A Transpersonal view of trauma, addiction, and growth. State University of New York Press 1997.
31. Kempisty C., Wyniki socjomedycznych badań potomstwa byłych więźniów obozów hitlerowskich. Przegląd Lek. 1973, nr 1, s.12-21.
32. Miller A., Cena wyparcia urazów dzieciństwa, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 1991.
33. Miller A., Zniewolone dzieciństwo: ukryte źródła tyranii. Media Rodzina of Poznań 1999.
34. Miller A., For Your Own Good. Hidden Cruelty in Child-Rearing and the Roots of Violence, Toronto, Douglas&McIntyre Ltd, 1984 s. 161.
35. Miller A., Dramat udanego dziecka. Studia nad powrotem do prawdziwego Ja, Jacek Santorski & CO Wydawnictwo, Warszawa 1995.
36. Pearce J.C., Magical child, A plume Book. Child psychology, Penguin Group, New York 1992.
37. Sarno J.S., The Mindbody Prescription. Healing The Body, Healing The Pain, New York 1999.