



Ku pokrzepieniu, czyli o wszechobecności piękna.

Czasem, gdy rozglądamy się po swoim życiu, ze smutkiem odkrywamy, że wciąż jeszcze nie wygląda tak, jak byśmy sobie życzyli. Spostrzegamy różnorodne braki, niedomagania, niespełnione pragnienia, „złośliwości losu”. Wciąż coś przysłania nasze oczy i tak trudno spostrzec piękno. A ono jest czasem schowane, jak słońce za chmurami. Wiadomo, że słońce wciąż świeci, lecz nie widać tego blasku. „Zatopieni w szarości” zaczynamy wierzyć, że istnieje jedynie owa szarość. Wszędzie jest, niczym mgła o poranku. Lecz zapominamy, że za tą „mgłą” istnieje piękno. Nie dostrzegamy nawet piękna, które jest w tej „mgle”. Tracimy powoli zdolność dostrzegania piękna.

Wydaje mi się, że jest to całkiem oczywiste, ale dodam na wstępie, że wszystko, co piszę jest jedynie moją percepcją – percepcją Piotra P. Nie musi być prawdą – to jedynie mój punkt widzenia i odzwierciedla mój teraźniejszy poziom świadomości, a raczej teraźniejszy poziom mojej nieświadomości. To wyjaśnienie jest potrzebne też dlatego, że będę się wyrażał na przykład w języku „my”. Nie oznacza to, że „my” wszyscy lub „każdy” tak ma. Nie oznacza, że piszę za kogoś lub za wszystkich – nie uzyskałem takiego pozwolenia czy choćby takiej propozycji. Nie będę też unikał stwierdzeń typu: „niektórzy ludzie”, „wielu ludzi”, „ktoś” i temu podobnych, chociaż zawsze pojawia się wtedy kilka pytań typu: „jacy ludzie?”, „skąd wiesz?” i temu podobne. Ostatecznie mogło mi się przyśnić. Generalnie chodzi o to, że tak jest mi po prostu wygodniej. Środki wyrazy służą mi jedynie do tego, by pozostawać wciąż przy zjawiskach, wnioskach, by „zmierzać za myślą”, a nie rozstrzygać, kogo to dotyczy. Chodzi więc o przejrzystą formę i stworzenie każdemu możliwości wyboru tego, co chce dla siebie „wziąć”, przemyśleć, a odrzucenia pozostałych rzeczy. Nie ma konieczności identyfikowania się ze wszystkim lub nawet z czymkolwiek. Nie ma przymusu, by zaliczać się do: „wszyscy”, „inni”, „wielu ludzi”, „ktoś”, zawsze można po prostu pozostać przy „ja”.

Moim celem nie jest krytykowanie kogokolwiek, degradowanie lub wyśmiewanie, moim celem jest zrozumienie, świadomość i odnalezienie prawdziwego siebie. Moim celem jest wyrwanie się iluzjom, wyjście poza „wszyscy”, poza „każdy”, poza „ja” – poza wszelkie twory umysłu, czyli poza wszelkie fikcje. To czym się zajmuję, to tylko wskazywanie na „coś” i zaproszenie do „jakiegoś” spojrzenia, a nie stwierdzanie faktów czy jasnowidzenie na temat wszystkich ludzi lub kogoś konkretnego. Zbyt mało znam samego siebie, a co dopiero odważyć się mówić o innych ludziach. Zajmuję się tym, co ludzi dotyczy, procesami, zjawiskami, a nie personalnie nimi samymi i to całkiem oczywiste, że mam ograniczoną percepcję – jak każdy.

Poza tym wiadomo, że **każdy ma zdolność opisanie jedynie własnego świata**. Może nam się wydawać, że mówimy o innych ludziach, ale w rzeczywistości zawsze opisujemy „swoj świat”. Opisujemy jedynie swoje postrzeganie innych, a nie owych innych. Z tego powodu człowiek, który potrafi słuchać z ciekawością i uważnością innych ludzi tak wiele o nich wie. Można powiedzieć, że taki człowiek zna „wiele światów”. Prawdę mówiąc nie jest to w ścisłym sensie prawda. Taki człowiek nie nabywa bowiem zdolności wejścia w inne światy. Stwarza takie wrażenie, ponieważ potrafi tak bardzo rozszerzyć granice własnego świata, że jakby „wchłania” inne światy. To kwestia jedynie szerszej percepcji – nic poza tym. **Im więcej ktoś zyskuje wewnętrznej (czyli jedynej wartościowej i prawdziwej) wolności tym większym staje się jego świat**. I nie ma żadnych granic dla tego procesu. Jednak cokolwiek zacznie wyjaśniać, opisywać, zawsze pozostanie tylko w swoim świecie. Może być on większy, bardziej przestrzenny, wielopiętrowy, wielowymiarowy, ale nadal to tylko jego świat i tylko o nim może coś (cokolwiek) powiedzieć.

Właściwie nie będzie w tym artykule żadnych rewelacji – tak mi się przynajmniej wydaje – ponieważ o wszystkim już kiedyś ktoś pisał. Może w innym języku, może w innej formie. Poza tym **zgadzam się z twierdzeniem, że cała możliwa wiedza jest w nas (w każdym z nas) od zawsze**. To, że nie potrafimy jej z siebie wydobyć, spostrzec jej w sobie lub skorzystać z niej, nie oznacza, że jej tam nie ma. Jest. **Jednym z naszych życiowych**



zadań jest ją odnaleźć, przypomnieć sobie wszystko, o czym nie pamiętamy i odzyskać wolność, której w rzeczywistości nikt nam nie odebrał. Sami z niej rezygnujemy każdego dnia – ale do tego pewnie dojdziemy nieco później.

Dość wyjaśnień wstępnych. Zaczynamy.

Często wpadamy w pułapkę „negatywnej percepcji”. Jest to percepcja wielce „krytyczna” i nieskończenie „zadaniowa”. Wciąż pokazuje nam, co należy jeszcze osiągnąć, jak wiele jest wciąż do zmiany, jakimi to rzeczami powinniśmy się jeszcze frustrować i wreszcie je zmienić. Pokazuje nam nasze życie w krzywym zwierciadle i przysłania wiele piękna, które w nim (życiu) jest. Uruchamia nas wciąż do jakich działań i to do tego stopnia, że nie potrafimy się temu wyrwać. Nie potrafimy cieszyć się czymkolwiek w teraz, nie dajemy sobie prawa do odpoczynku, do radowania się tym, co jest w tej chwili. W ogóle tego najczęściej nie dostrzegamy lub traktujemy jak zbyt mało ważne błahostki. **Większość z tego, co widzimy, widzimy przez pryzmat niedomagań, niedoborów, przeszłych prawd i pretensji, bolesnych zdarzeń lub wyobrażeń doskonałej przyszłości.** Lecz taka (doskonała) przyszłość wciąż jakoś nie nadchodzi i jest to właściwie proste do wyjaśnienia, ponieważ ze sfrustrowanej terażniejszości trudno zbudować piękną przyszłość. Jutro jest wynikiem, konsekwencją dziś – to oczywiste, a skoro dziś pozostawia wciąż tyle do życzenia, więcej w nim smuci niż cieszy, to niby w jaki sposób ma „stworzyć” piękne jutro. Jeżeli dziś jest pełne napięcia, to w jaki sposób jutro ma stać się spokojem? – mało realne.

Druga sprawa dotyczy pytania „kto?” – kto ma nam zbudować naszą piękną przyszłość? Wiadome jest, że skoro podróżujemy gdzieś mentalnie – bez znaczenia w przeszłość czy w przyszłość – to nas Tu i Teraz właściwie nie ma. **To nie jest żart – jesteśmy nieobecni w swojej terażniejszości.** Więc, skoro nas tutaj nie ma, to jak mamy tutaj cokolwiek zbudować? To się nie wydarzy. To ciekawa sprzeczność. **Chcemy Teraz i Tutaj doświadczać wielkiego piękna, zaznawać radości, błogości, bliskości, miłości, spokoju i wielu innych rzeczy, ale nie mamy zamiaru Teraz i Tutaj tego dla siebie stwarzać.** Znikamy i czekamy na cud. W tym kontekście cud nie istnieje – istnieje prosta i oczywista konsekwencja. I rzeczywiście nie doświadczamy cudu. Zastanówmy się. Skoro my znikamy, to kto tworzy nam to „coś” – tę naszą rzeczywistość? To nasza nieobecność „coś” tworzy, a kiedy wracamy jesteśmy dodatkowo zaskoczeni, że to „coś” nie jest nasze. No niby jak ma być nasze, skoro my tworzyliśmy w tym czasie fikcję w swoim umyśle?

Poszukujemy piękna, radości, szczęścia, spokoju nie tam, gdzie należy. Zmierzamy albo na zewnątrz i oczekujemy, że ktoś nam to ofiaruje w prezencie, albo udajemy się w podróże mentalne w przeszłość/przyszłość (do nierealności, której nawet nie ma) i mamy nadzieję, że tam to odnajdziemy i przeniesiemy do dziś. Nie da się. Daremne starania. To tak, jakbyśmy chcieli „zdyć” słońce z nieboskłonu i zawiesić je w swoim pokoju zamiast żyrandola. No..., nie da się i tyle. Byłoby pięknie mieć słońce pod sufitem, ale się nie da. Możemy to sobie wyobrazić, ale nie da się tego zrealizować.

Realne piękno jest wszędzie wokół nas. Zewsząd nas otacza. **Jesteśmy zaślepieni iluzją, którą przynosimy z naszych nierealnych podróży.** Nasze oczy są zajęte porównywaniem tego, co mamy (czyli iluzji stwarzanej przez naszą nieobecność), z tym, co sami sobie stwarzamy w „nigdy” (czyli iluzji z przeszłości lub przyszłości). Dodatkowo swoją energię inwestujemy w chęć zastąpienia jednej iluzji drugą. Bawimy się w to i nawet tego nie zauważamy. To chyba jakiś szczyt iluzji, a już na pewno jeden z kilku najwyższych. Ależ my lubimy zdobywać szczyty. Tylko czemu muszą to być szczyty głupoty? Mniejsza o to.

Piękno jest. My go nie widzimy, ale ono jest. **Otacza nas świat pełen piękna.** Zapachy, widoki, błogość, spokój, harmonia – życie nas otacza. Zaprzestaliśmy się zachwycać – to



nasz wybór. Przestaliśmy się delectować – to nasze znieczulenie. Przestaliśmy dostrzegać – to nasza ślepotą. Przestaliśmy słyszeć śpiew ptaków – to nasza głuchota. Myślimy, że zajmujemy się rzeczami ważniejszymi? Co to za rzeczy ważniejsze? Mówimy, że nasze życie? No ciekawe. A jak my się tym zajmujemy, że mamy tego życia tak dość? Tak naprawdę w ten sposób robimy z naszym życiem byle co. Takie to jest zajmowanie się.

Skupiamy się na odczuwaniu wszelkich braków i niezadowolonych, zamiast skupić się na odczuwaniu w ogóle. To jeden z naszych niesamowitych skarbów. Możemy czuć. I tak dalej. Możemy widzieć, słyszeć, smakować, dotykać, wąchać. Wciąż nam mało, to kiedy będzie nam dość? Nie potrafimy zachwycić się pięknem kwiatu lub tęczy, śpiewem ptaków lub podmuchem wiatru, niewinnym i jasnym uśmiechem dziecka, szczerą łzą wzruszenia lub nawet bólu, dźwiękiem swojego głosu, ciszą poranka o wschodzie słońca, gwiazdowym niebem, krokiem po miękkiej trawie, ożywczą kąpielą w zimnym strumieniu, uściskiem ukochanej osoby, wtuleniem, spojrzeniem, bliskością, łykiem zimnej wody w upalny dzień lub milionem innych rzeczy i zjawisk. **Odczuwamy** – to jest przecież cudowne. To właśnie jest niesamowite.

Mamy zmysły i używamy ich najczęściej do tego, by się źle czuć – coś jest z nami nie w porządku. Jesteśmy chorzy. Nie. Jesteśmy raczej martwi. Widziałem wielu chorych, którzy mieli w sobie ogrom zachwyty, radości, szczęścia, spokoju, pogodzenia, miłości, błogości, wdzięczności, piękna – tak, są pełni piękna, więc i wokół nich jest piękno. To zaskakujące, oni potrafią to wszystko przeżywać – właśnie oni. **Chorzy są najbardziej „zdrowi”, a zdrowi są najbardziej „chorzy”.**

Mówimy wiele o rozwijaniu się – mówimy. **Ciągle mówienie o swoich, a tym bardziej cudzych niedomaganiach, o nieodkładalnych zadaniach, o zniewalających wzorcach, o nieużytecznych przekonaniach i o wielu innych ważnych i poważnych rzeczach nie oznacza jeszcze rozwijania się.** Rozwój ma nie wiele wspólnego z gadaniem. Ma o wiele więcej wspólnego z myśleniem. A jeszcze więcej z doświadczaniem, czuciem i myśleniem. „Myślenie” (więc) oznacza tu odwagę stawiania sobie dogłębnych pytań, oznacza krytykę swoich skostniałych przyzwyczajzeń, oznacza konfrontację z wszelkimi własnymi lękami, oznacza doświadczanie samego siebie w najgłębszej głębi, oznacza kontakt z wszystkimi swoimi emocjami, oznacza ciekawość odkrywania swej prawdziwej istoty, oznacza bycie bezgranicznie szczerym wobec siebie, oznacza determinację w odkrywaniu prawdy – jakakolwiek by była. **Rozwój to schodzenie do centrum i bycie z samym sobą.** I w rzeczywistości nie chodzi tu o ciągle robienie czegoś lecz o bycie, o świadomą obecność. Wyobraź to sobie, siedzisz w ciszy i nic nie robisz, myśli przychodzą i tak samo odchodzą – wszystko łagodnie płynie, a ty pozwalasz dzieć się temu i jedynie doświadczasz siebie. Niby proste, ale tego się właśnie obawiamy – doświadczenia siebie. Kto wie, co się pojawi. Stwierdzenia, że to przecież nudne lub głupie są jedynie „zasłoną dymną” i lęklwym sposobem unikania najważniejszej z istniejących konfrontacji. Cóż, wcióż wolimy pozostać na zewnątrz i tam się bezsensownie konfrontować, wolimy zostać w znanym sobie na pamięć własnym „światku”.

Myślimy, że myślimy. Myślimy, że się rozwijamy. **Wydaje nam się, że pracujemy nad sobą, a w rzeczywistości „zapadamy się” w rozpamiętywaniu i przeżywaniu wciąż tych samych tragedii na nowo.** Myślimy, myślimy, myślimy. To raczej przypomina jakąś formę neurozy. Oburzamy się, gdy ktoś nas o to posądza, ale tak to wygląda. Tu nawet nie chodzi o ilość tych wszystkich myśli, ani o ich rodzaj. Neuroza nie ma z tym nic wspólnego. **Problemem nie jest myślenie, problemem jest brak dystansu do tego wszystkiego (co myślimy i czujemy).** To jest prawdziwe sedno neurozy. Jeżeli ktoś nie potrafi podejść z dystansem do własnych myśli i uczuć, zapada się w nich, pochłaniają go doszczętnie, ciągną w jakąś koszmarną otchłań. Po jakimś czasie taki człowiek traci zupełnie zdolność przyglądania się czemuś z dystansu, niemożliwym staje się dla niego przejście „nad czymś” z uśmiechem, jego życie staje się bardzo poważnym doświadczeniem (żeby nie użyć słowa tragicznym). Poza tym jesteśmy tak bardzo



przywiązani do własnych (przestarzałych) poglądów, postaw, że prędzej się zameczymy, niż z nich zrezygnujemy. To już nie tylko neuroza, to jeszcze dodatkowo psychoza. Nie da się ukryć, wyglądamy na niezłe „porąbanych”.

Gdyby ktoś nakręcił o nas film dokumentalny pod tytułem „Tydzień z życia...” i obejrzelibyśmy go naprawdę uważnie, to moglibyśmy mieć kilka zaskakujących wniosków. Po pierwsze, mielibyśmy wątpliwości, że to nasze życie (wyparcie) lub, że ktoś specjalnie wybrał zły moment i był tendencyjny, złośliwy, nastawiony negatywnie do nas (przeniesienie). Po drugie, moglibyśmy nabawić się dodatkowej traumy z powodu ślepoty, głuchoty, nieczułości, bo pewnie trudno byłoby nam uwierzyć, że możemy tak wielu rzeczy nie doświadczać, choć nas otaczają. Po trzecie, moglibyśmy się zastanawiać nad tym, czy nie zostaliśmy poddani jakiejś niezauważalnej formie hipnozy (oczywiście, że tak – autohipnozie). Po czwarte, moglibyśmy mieć wrażenie, że śpimy. Po piąte, moglibyśmy mieć wrażenie, że to nie tylko spanie, ale też jakiś koszmarny, śniony sen. Po szóste, że jesteśmy bezmyślni i automatyczni, jak nakręcone „bawidelka”. Po siódme, że.... Po ósme, że.... Wiele rzeczy, wiele smutnych i zaskakujących odkryć.

Tak czy inaczej byłibyśmy na pewno zaskoczeni, że tak właśnie żyjemy, że tak to wygląda, gdy się na to patrzy nieco z dystansu, z boku, z „lotu ptaka”. Z jednej strony moglibyśmy dostrzec wiele możliwości, których nie dostrzegamy będąc „w centrum” akcji, ale z drugiej moglibyśmy sobie niestety uświadomić, jak wiele czasu zmarnowaliśmy i nadal marnujemy. Moglibyśmy zauważyć swoje ulubione sposoby na unieszczęśliwianie samego siebie. Moglibyśmy zobaczyć swoje bezsensowne „zaangażowanie”. Moglibyśmy zdać sobie sprawę z własnej nieudolności. Moglibyśmy zauważyć, że mamy mnóstwo możliwości wyborów i nie korzystamy z tego. Moglibyśmy zdać sobie sprawę z własnej głupoty. Moglibyśmy pomyśleć, że sami nie szanujemy siebie i swojego życia. Moglibyśmy „stracić oddech” na widok swojej ślepej lojalności wobec własnych iluzji. Moglibyśmy przerazić się własną „konsekwencją” w niszczeniu siebie i zaprzepaszczaniu szansy po szansie. Moglibyśmy dostrzec, że odgrywamy rolę „ofiary”, która czeka na „Jezusa”, a spotyka jednego „szatana” po drugim. Wreszcie moglibyśmy doświadczyć dotkliwie bezradności widząc swoją wyuczoną bezradność. Naprawdę mogłoby nas zemdlić. Moglibyśmy przeżyć prawdziwy szok. Zresztą nie sądzę, by komukolwiek udało się wytrzymać na tej premierze dłużej niż dziesięć minut i na pewną nie byłoby nam łatwo uwierzyć, że tak właśnie realnie żyjemy. To byłby najtrudniejszy spektakl, jaki można sobie wyobrazić.

Miało być o wszechobecnym pięknie. Gdzie się podziało piękno? Jest tu, jest właśnie tu. Może powinniśmy obejrzeć taki „film”?! Może powinniśmy zauważyć w takim doświadczeniu nie tylko ból, ale przede wszystkim ogromną możliwość – i piękno. Wreszcie mielibyśmy szansę spojrzenia na siebie z odpowiedniej perspektywy. To mogłoby nam pomóc się przebudzić ze snu. To mogłoby oznaczać nasze prawdziwe narodziny. Taka szansa – to jest niesamowicie piękne. Mamy naprawdę niesamowite szczęście. **Otrzymujemy od życia jedną szansę po drugiej. Nie ma znaczenia ilu nie wykorzystaliśmy. To już było. Szkoda łez. Znaczenie ma to, że wciąż są nowe. Znaczenie ma to, że w każdej chwili możemy pójść inną drogą. Znaczenie ma to, że zawsze mamy wybór. Znaczenie ma to, że jesteśmy wolni, by stać się Wolnymi.** To piękne, ale my jesteśmy ślepi. Nie dowierzamy i dlatego nawet nie próbujemy. Jesteśmy ślepi na takie piękno.

Sami ograniczamy własną percepcję. Skupiając się na niedoborach dostarczam im dodatkowej energii i one wciąż wzrastają, bardziej i bardziej. W zgodzie z zasadą: „wzrasta to, w co inwestujesz swoją energię”. Więc zdecydowanie sensowniejszym zajęciem (a już na pewno tak samo ważnym) jest, budowanie równowagi i skupianie się na wszystkim tym, co działa – czyli (przynajmniej) energia po równo. Nie chodzi o to, by zaprzeczyć trudnościom lub je zignorować. Nie chodzi o to, by udawać, że wszystko gra, gdy tak nie jest. **Chodzi o równowagę w cieszeniu się i zajmowaniu trudnościami.** Jeżeli przestaniemy świętować, cieszyć się, to skąd weźmiemy energię na przewycięzanie trudności. Nikt o



zdrowych zmysłach nie planuje wejścia na ośmiotysięcznik jednego dnia. Wysilek, regeneracja, wysilek, święto, wysilek, zachwył, wysilek, radość, wysilek, piękno – krok po kroku. Równowaga. **Sukces jest nie tylko w osiągniętym celu, ale też w sposobie i w drodze.** Wszystkie te rzeczy razem są potrzebne, by mieć sukces, a może i więcej. I równowaga. Nie „coś” kosztem „czegoś” innego. Oczywiście możemy dokonać wyboru i „coś” mieć, a z „czegoś” zrezygnować, ale kwestia wolnego wyboru nie jest tym samym, co „coś” kosztem „czegoś”.

Staliśmy się bardzo egoistyczni, egocentryczni, jednostronni. Chcemy wyizolować się z Całości. Chcemy oddzielić się od Jedności. Już sama wiara, że jest to możliwe nie jest zdrowa, ale realizacja takiego wierzenia zasługuje na miano szczytu szczytów iluzji. I nam się wydaje chyba, że to naprawdę jest możliwe. Trudno w to uwierzyć, ale fakty to fakty.

Przeżywamy szczególny rodzaj amnezji i zaślepienia. **Brniemy w „bagnu” na własne życzenie i zależy nam jedynie na tym, by grano nam przy tym naszą ulubioną muzykę.** Uwaga: bagno ma to do siebie, że wciąga. Ten rodzaj zaciemnienia umysłu zdarza się chyba raz na wiele setek tysięcy lat, bo źródła nie podają o takich faktach w przeszłości – znaczy dawno to być musiało. Może takie świadectwa zniknęły z jakąś cudowną kulturą, a może przez takie wydarzenia te kultury zniknęły? Sumer, Atlantyda, Lemuria – kto wie?

Wyjaśnienie tej indywidualistycznej idei jest nader proste. **We Wszechświecie wszystko dzieje się w relacji.** Nic nie wydarza się w izolacji, w oddzieleniu. Cokolwiek się dzieje jest związane z czymś innym. Wieczne wzajemne „zazębienie się”. **Wieczne współistnienie.** Czasem są to zjawiska odległe tak bardzo, że ich nie spostrzegamy w parze, ale relacja jest jedną z pewniejszych rzeczy. Właściwie występuje nie tylko relacja, ale równoczesność, ponieważ istnieje tylko jeden czas – terażniejszość. „Życie układa się parami” – to nie są jedynie słowa piosenki z dawnych lat, to wielka mądrość. Nawet fizyka kwantowa już to odkryła – bardzo duchowa nauka. Naukowcy nie do końca wiedzą, co z tym zrobić, ale już to odkryli i mają dowody. To niesamowite, że najwięksi sceptycy sięgają największych szczytów duchowości. Piękne. Naprawdę piękne.

Wróćmy do naszych rozważań.

To, o czym teraz mówimy, reprezentuje się w rzeczywistości bardzo prosto. **Pamiętamy o swoich oczekiwaniach wobec innych, ale zapominamy jednocześnie, że inni też mają swoje oczekiwania wobec nas.** Jesteśmy skupieni na własnych potrzebach do tego stopnia, że potrzeby innych w ogóle znikają. Bierzymy pod uwagę jedynie swoje racje, i tak dalej i dalej. Można mnożyć bez końca. Nie o to chodzi. Mamy nauczyć się dostrzegać piękno. Czy ono może tu być ukryte? Oczywiście, że jest. Piękno jest w naszej umiejętności dostrzegania i diagnozowania. Nie robimy z tego odpowiedniego użytku i w tym problem. Skupiamy się na części, zamiast na całości. No i dodatkowy kłopot polega oczywiście na jednokierunkowości. **Oczekujemy wszystkiego dla siebie, nic nie dając. Poza tym oczekujemy od innych, a nie od siebie.** Kilka kwestii – taka mała molekuła. Oczywiście nam się wydaje, że dajemy całe mnóstwo rzeczy od siebie. Podkreślam – nam się wydaje.

Wiele naszych problemów ma swój początek w naszej małej wnikliwości, w naszej powierzchowności. Nie zagłębiają się w znaczenia słów. „Idziemy” zbyt często po wierzchu. Przyjmujemy założenie, że egoizm jest pejoratywny i robimy wszystko, by o nas tego nie pomyślano, a im bardziej to robimy, tym bardziej niestety stajemy się egoistami. Skąd się to wzięło? Otóż, powszechnie zawęża się egoizm do działania z myślą o sobie. Bardzo płytkie podejście. Zbyt uogólnienie. Poza tym, co w tym dziwnego? To dość naturalne dla człowieka, że ma swoje życie na widoku – tak być powinno. Kwestia egoizmu jest nieco bardziej skomplikowana. **Nie można nazwać egoistą kogoś, kto dba o**



swoje życie, pracuje nad nim i nie czeka, że ktoś dokona czegoś za niego. To mądrość, a nie egoizm. Niestety bardzo często byliśmy „częstowani” (na przykład przez własnych rodziców) komentarzami: „nie bądź egoistą” w sytuacjach zupełnie nieadekwatnych, by to powiedzieć. Więc z czasem, każde swoje działanie na rzecz siebie zaczęliśmy wkładać w pejoratywny aspekt egoizmu. Nawet nie zadaliśmy sobie pytania o definicję egoizmu. Coraz bardziej nieruchomieliśmy i coraz bardziej wierzyliśmy (oczekiwaliśmy), że inni zrobią wszystko za nas. W ten sposób niespodziewanie stawaliśmy się mistrzami tego, czego chcieliśmy tak bardzo uniknąć. **Egoizm jest chęcią podporządkowania sobie innych, jest wymuszaniem działań innych ludzi na rzecz siebie.** Jest postawą wewnętrznego nieruchomości jednostki przy jednoczesnym oczekiwaniu, że cały „zewnątrzny świat” będzie bardzo zaangażowany w uszczęśliwianie owej jednostki. Zero dawania i nieskończoność brania od innych ludzi. Postawa: „mnie się to od was należy”. To jest właśnie egoizm. **W egoizmie nie chodzi o branie od siebie samego.** Branie od siebie jest wręcz zalecane. Jeśli ktoś ma coś dla nas zrobić, to przede wszystkim my sami dla siebie. To przejaw dojrzałości, a nie egoizmu, ponieważ oznacza przejście odpowiedzialności za własne życie. **Egoizmem jest cedowanie odpowiedzialności za swoje życie na innych ludzi i oczekiwanie, że zrezygnują ze swojego życia po to, by zająć się naszym.** Nawet gdyby tak mogli uczynić lub uczynili, nie są w stanie nas zadowolić – nikt poza nami tego nie potrafi. Tak to wygląda.

Jesteśmy zaślepieni własnymi pragnieniami. Czasem nawet można odnieść wrażenie, że wierzymy w to, iż wszyscy wokół są jasnowidzami, którzy powinni wiedzieć, co i kiedy nam „dać”, byśmy czuli się szczęśliwi. Tak, jakby wszyscy żyli jedynie dla nas. To jeden ze sposobów na dojechanie do stacji „paranoja”. Człowiek zaczyna spostrzegać wszelkie zachowania ludzi, jako odnoszące się do niego. Wciąż tkwi w jakichś skomplikowanych procesach myślowych, wartościuje, co to mogło oznaczać, ocenia, dokonuje osądów, domyśla się i najczęściej niestety nadaje owym działaniom negatywne znaczenie. Nic dziwnego skoro jest rozdrażniony, niezadowolony, sfrustrowany, bezradny – a tak się właśnie czuje. Ludzie robią wiele różnych rzeczy z wielu najprzeróżniejszych powodów i do głowy by im pewnie nie przyszło, że ktoś mógłby pomyśleć, iż to do niego się odnosi.

Starajmy się chociaż zachować jakiś zdrowy dystans. Patrzymy na świat w niepowtarzalny i charakterystyczny dla siebie sposób. **Nikt poza nami nie przeżywa tego co my. Nikt nie widzi świata takim, jakim my go widzimy.** Nie oczekujemy więc, że będzie zawsze wiedział, rozumiał, co się z nami w tej chwili dzieje. Patrzymy przez własne filtry na świat. Nikt więc takich nie ma – to jak linie papilarne – są wyjątkowe u każdego człowieka.

Trudno to dostrzec lub przyznać się do tego przed samym sobą, ale najczęściej przenosimy na innych (zupełnie nieświadomie) swoje mniemania, swoje ograniczenia, swoje założenia, swoje intencje. Spodziewamy się, że ludzie myślą to lub tamto, że mają taki, a nie inny zamiar, że niewątpliwie ich intencją było.... Teraz siebie traktujemy jak jasnowidzów. Jesteśmy święcie przekonani, że mamy rację. Potrafimy nawet to komuś udowodnić, a przynajmniej będziemy się starać. W rzeczywistości chcemy to udowodnić samemu sobie, a nie komuś. On i tak pozostanie przy swojej prawdzie – to pewne.

Pułapka, w którą wpadamy jest dość prosta. **Wciąż wyświetlamy sobie w głowie „filmy z przeszłości” i spodziewając się czegoś, niewątpliwie zaczynamy to dostrzegać w teraźniejszości.** Nadajemy temu również dobrze znajome znaczenia i kłopot gotowy. To po prostu nasz nieświadomy nawyk i brak wewnętrznej dyscypliny. Wierzymy, że życie się powtarza. Ale życie nigdy się nie powtarza. **Życie żyje wciąż nowym życiem.** Nie można wejść dwa razy do tej samej rzeki. Można wejść ewentualnie dwa razy do tej samej „nazwy rzeki”. Nie można dwa razy przeżyć dokładnie tego samego stojąc w tej rzece. Każde doświadczenie jest świeże, niepowtarzalne, nowe, wyjątkowe. Tak



samo jest z ludźmi. **Zmiana w ludziach jest czymś nieuchronnym. Dziś, w tej chwili spotykasz zupełnie nowego „starego” człowieka.** Wydaje ci się tylko, że to ten sam człowiek – ale on się wciąż zmienia. Jedna jego myśl, jedno doświadczenie odmienia go zupełnie co chwilę. Ty również nie jesteś ten sam dziś, co wczoraj. Pogódźmy się z tym, ponieważ zmienić tego się nie da. Nawet na poziomie fizjologii jest tak samo. Poza ośmioma komórkami pierwotnymi, które masz w okolicach krocza, wszystkie się wciąż wymieniają. Fizjologicznie najstarszy człowiek na ziemi ma siedem lat. To przejawy wiecznie towarzyszącego nam piękna. Pomyśl, nie możesz tak naprawdę przeżywać „de ja vu” – to cudowne. Wiesz, co to oznacza? Pomyśl. **Masz co chwilę nowe życie.** Spotykasz co chwilę nowych ludzi. Upieramy się, że oni się nie zmieniają. My tak, owszem, zmieniamy się (oczywiście wciąż na lepsze), ale oni są (wciąż) tacy sami wredni, nieczuli, złośliwi, itp. Wydaje nam się, że ktoś urodził się dupkiem i ewentualnie (wciąż) rozwija się w tym kierunku, by być jeszcze większym. Ciekawe podejście. To przynajmniej niedorzeczne, a właściwie po prostu niesprawiedliwe. Spełnia tylko jedną rolę. **Degradując kogoś chcemy polepszyć swój wizerunek.** Ale to nie jest sensowna droga. W rzeczywistości jest dokładnie tak samo, jak z egoizmem. Takie postępowanie jest najprostszym sposobem na degradowanie samego siebie.

I jeszcze jedno, w każdej chwili stwarzamy swoją prawdę. Skoro wszystko się zmieniło, to wczorajsza prawda nie może być aktualna. Nie ma żadnego przymusu myślenia tego, co myśleliśmy wczoraj. **Istnieje jedynie wolny wybór. Prawda jest taka, że wciąż stwarzamy. Powielanie nie ma racji bytu, a ci, którzy myślą, że ma, żyją w letargu.** To nie jest tak, że powtarzają wczorajszą prawdę. W tej chwili ją stwarzają zupełnie od nowa. Ona tylko brzmi podobnie w słowach, ale nie znaczy tego samego na poziomie głębi. To zupełnie nowa „prawda”. Mogliby stworzyć każdą inną, ale wybierają tę. Życie poszło do przodu, ludzie się zmielili, nic nie jest już takie samo. Jeśli jednak ktoś podejmuje decyzję, by mimo tego stworzyć „nową – starą prawdę”, dokona tego. Oczywiście musi podjąć odpowiednie działania, by tak się stało, ale cokolwiek by zamierzył, działanie jest nieodzowne. Nie ma tu żadnej różnicy, poza oczywiście efektem końcowym. Energię, tak czy inaczej musi zainwestować. Dlaczego musi się tak napracować, by ponownie stworzyć tę samą rzeczywistość wokół siebie? Odpowiedź jest dość prosta i oczywista. Po prostu wszystkie elementy układanki uległy już zmianie. **Wczorajsze nie jest aktualne dziś.** Więc, konieczne jest nowe „dostosowanie”. Frustrująca jest ta zabawa – nieprawdaż? I mimo tego toczy się wokół wciąż. Rozejrzyj się. Ale to nie jest problemem – przynajmniej nie całkiem twoim problemem. Twoim jest ewentualnie fakt, że również się w to bawisz. **Pamiętaj o tym, co piękne. W każdej chwili stwarzasz swoją prawdę.** Teraz również. W tej chwili masz do podjęcia decyzję, starać się wejść do starej „nazwy rzeki” czy nie?

Pojawia się jeszcze następny ważny wątek. Jest rozwinięciem tego aspektu, wokół którego wciąż orbitujemy. To częsta przyczyna naszych (najczęściej nieuzasadnionych niestety) pretensji. Zamyka się w pytaniu: **Ktoś nam czegoś nie daje, a może my czegoś nie przyjmujemy?** To dwie różne rzeczy, a łatwo je pomylić?

Czasem jesteśmy tak skupieni na tym, co spodziewamy się otrzymać i na swoim wymarzonego sposobie otrzymania tego, że nie zauważamy, gdy to przychodzi w inny sposób. (A już zupełnie nie widzimy innych rzeczy, często jeszcze bardziej upragnionych.) To ma troszkę wspólnego z „jasnowidzeniem”, o którym było nieco wcześniej. Ale nie tylko. Jest jeszcze inny aspekt. Zobrazujmy to używając zupełnie innego kontekstu.

Istnieje taka grupa ludzi, która domaga się podziękowań, ale się do tego nie przyznaje. Udają takich skromnych, takich, co to im nie zależy na uznaniu – które jest zresztą całkiem normalną ludzką potrzebą. Więc, tacy ludzie, gdy im ktoś dziękuje mówią: „Nie, nie. Nie trzeba, nie ma za co”, zamiast przyjąć słuszne podziękowanie i po sprawie. Więc ktoś zaczyna im jeszcze więcej dziękować, ponownie, i znów – może wreszcie za którymś razem



powiedzą po prostu: „Dzięki, to miłe”. Więc w rzeczywistości jest tak, że owi ludzie potrzebują więcej podziękowań, a nie mniej. Jedno im nie wystarczy – potrzebują czterech, pięciu lub kilku dni podziękowań (tak też może być). Dokładnie podobnie jest tu.

Różnica jeśli jest, to bardzo subtelna. Dotyczy poziomu nieświadomości własnych potrzeb. Człowiek z przykładu o dziękowaniu ma mniejszą świadomość swojej rzeczywistej potrzeby. Domaga się podziękowań, choć na zewnątrz deklaruje, że ich nie chce i mu na nich nie zależy. Na poziomie emocjonalnym natomiast różnica jest taka, że człowiek, który oczekuje podziękowań jest mimo wszystko w lepszych emocjach. Zrobił coś dobrego i zostało to zauważone. Dlatego ktoś chce mu okazać wdzięczność i to coraz bardziej. Oczywiście w jakimś momencie niemożność może stać się frustrująca, ale na pewnej „krytycznej” granicy zazwyczaj się ta gra kończy. Tak czy inaczej przez jakiś czas zasilająca energia płynie szerokim korytem i bez większych zakłóceń.

Dziękuję.

Zapraszam na drugą część za miesiąc.

Z tymi częściami, to eksperyment. Stała czytelniczka dała sygnał, że zbyt długie są te artykuły na raz – mam problem, ponieważ nie umiem krótko. Zobaczymy, jak to będzie.

KefAnn