

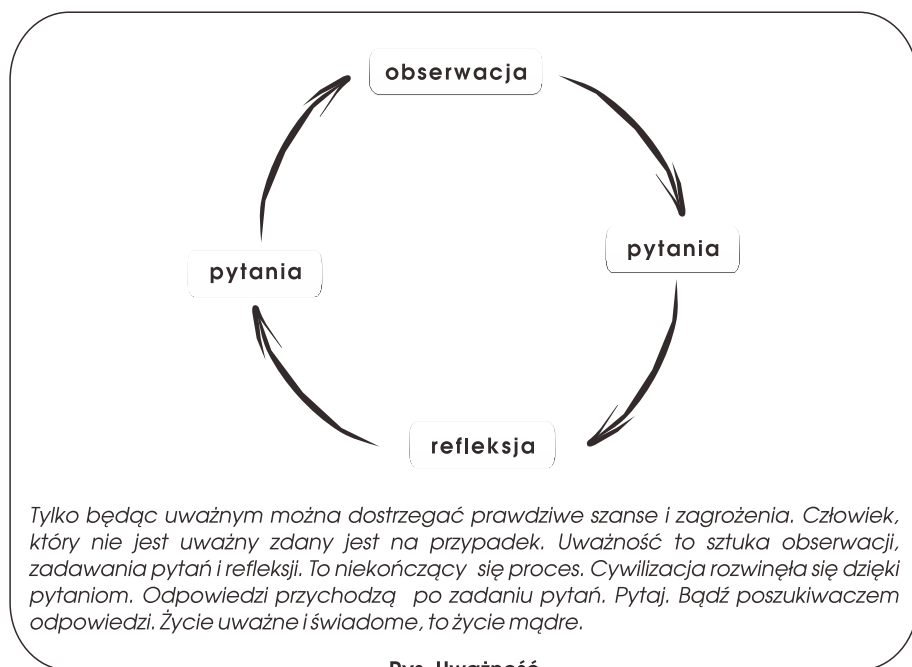
Rozdział 5.

Pełna MOC uważności

Jak już wspomniałem we wstępie, ze wszystkich życiowych umiejętności najwyżej cenię UWAŻNOŚĆ. Nauczenie się uważności jest możliwe tak samo, jak nauczenie się pisania po chińsku. Jeżeli ludzie są nieuważni to tylko z powodu lenistwa. Gdyby byli nauczani uważności w dzieciństwie, jako dorośli byłiby już na tyle uważni, że doceniliby wartość tejże. Bo większość zła w postaci efektów ludzkiej głupoty wynika właśnie z braku uważności. Jej brak nie pozwala nam widzieć świata szerzej niż tylko poza czubek naszego nosa. Aby zobaczyć, że nie jesteśmy pępkiem świata, wystarczy wyjechać kawałek poza granice Polski. O tym, że ludzie nie są uważni, tylko zakręceni jak słoik z ogórkami, najlepiej świadczy poniższa historia. Melduję się w hotelu. Recepcjonistka pyta o nazwisko. Mówię "Walkiewicz", ale ponieważ często piszą moje nazwisko przez „B”, więc powtarzam: „Walkiewicz – ‘wu’ jak Wanda”. Pani daje mi moją kartę meldunkową i co tam widzę? Nie jestem „Jacek Walkiewicz”. Moja nowa tożsamość to „Wujak Wanda”. Wiele zdarzeń jest oczywiście humorystycznych, ale dopiero po fakcie. Lubię takie sytuacje, bo pozwalają się wyluzować. Odprężają i powodują, że ludzie zaczynają normalnie rozmawiać. Moja ulubiona historyjka z życia jest o tym, jak przedstawiciel medyczny jednej z firm farmaceutycznych wchodzi do gabinetu lekarza i mówi: „Dzień dobry panie doktorze, dzisiaj chciałem z panem porozmawiać o leku X” (taki antybiotyk, a rzecz dzieje się w 1996 roku). Na co lekarz, nie wstając zza biurka i nie zapraszając przedstawiciela, lekceważąco i nonszalancko odpowiada: „A... lek X, znam, to niezłe gówno jest”. A teraz przykład – co oznacza „zachować zimną krew”? „Panie doktorze, z całym szacunkiem, ale ja nie próbowałem gówna, więc nie mam porównania”. No i co robi doktor? „Proszę, niech pan wejdzie” – mówi. Takie scenki to często początek nie tylko miłych biznesowych rozmów, ale nawet trwałych biznesowych przyjaźni. W tym miejscu nie mogę nie opowiedzieć dowcipu o rekrutacji. Rzecz dzieje się w USA. Kandydat do pracy podczas rekrutacji opowiada o sobie i nagle, aby zaprezentować się jako taki dowcipny i luzacki, mówi: „Bo wie pan, ja z Kanady pochodzę, a to taki śmieszny kraj, w którym połowa to dziwki, a druga połowa to hokeiści”. „No co pan powie, ha ha ha, to naprawdę śmieszne, bo wie pan, moja żona pochodzi z Kanady” – odpowiada Amerykanin. „Naprawdę? – ratuje się rekrutowany – a w której drużynie hokejowej grała?”. No i po raz kolejny mamy dowód na

to, że życie nie jest poważne, a takie historie to wręcz wisienki ozdobne naszego codziennego życiowego tortu. **Uważność to klucz do sukcesu. Uważność to fundament życia świadomego. Nie można żyć mądrze bez uważności.** Mój dziadek, którego mądrość odkryłem dopiero po jego śmierci, był prostym człowiekiem. Z zawodu stolarz, wiódł proste życie. Ale właśnie ta prostota była oznaką niezwyklej głębi. My się tego uczymy, a kiedyś ludzie po prostu tak mieli. Mój dziadek Jan jak siedział to siedział, jak stał to stał, jak szedł to szedł. Powiecie że to normalne. Nie, bo my jak siedzimy, to w myślach już wstaliśmy. A jak stoimy, to w myślach już idziemy, a jak idziemy, to w myślach już doszliśmy. Zawsze doprowadzały mnie do szału takie sceny, kiedy ktoś przychodzi w odwiedziny tylko na chwilę, bo zaraz wychodzi i nawet nie chce wejść do pokoju, a potem waruje w przedpokoju, w palcie półtorej godziny powtarzając na okrągło, że już wychodzi. To taki typ, co to wszedł i usiadł półdupkiem i półgłówką, bo resztą jest już za drzwiami. Moi rodzice nie lubili, gdy rozmawiałem z kolegami na klatce schodowej i zawsze powtarzali, żebym zaprosił kolegę do domu. A kolega mówił, że nie, bo on już idzie. I rozmawialiśmy tak dwie godziny. O co w tym chodzi? No właśnie o tę uważność. Znam ludzi, do których przychodzi się z wizytą, a oni wybierają się gdzieś za trzy godziny – i już na wstępie przepraszają, że wychodzą i w zasadzie całe to spotkanie jest pełne napięcia i niepokoju, a więc bez sensu. Ale nie powiedzą – wyjdź, bo ja nie mam czasu, tylko mówią „wejdź” i ciągle spoglądają na zegarek. Ale znam również takich, co wychodzą za pół godziny do teatru lub lekarza, ale zapraszają serdecznie. I zachowują się jakby nigdy nic. Rozmawiają i słuchają, i są zadowoleni z wizyty. A za dwadzieścia minut przepraszają, że muszą wyjść i wychodzą. I to jest takie naturalne, bez napięcia, bez zbędnych przeproszeń. Babcia, jak odmawiała różaniec, zniknęła na trzydzieści minut. A potem była cała dla wnusia. Babcine pierogi pamiętam do dzisiaj. Było w nich jej życie. Dziadkowie sami zbierali grzyby, sadzili, ścinali, szatkował i kisili kapustę. Sami robili ciasto do pierogów. Babcia smażyła te pierogi na smalcu własnoręcznie wytopionym ze słoniny. I one były częścią jej samej. Robione z miłości i z miłością. Widok wnuka zapychającego się tymi pierogami był dla niej największą nagrodą. Czy można tego doświadczyć kupując pierogi w markecie? Nie można. Po podgrzaniu człowiek je połyka (są małe w porównaniu z tymi babcinymi)

w całości, gapiąc się w ekran telewizora lub komputera, a potem czuje jak mu się odbija plastikiem. No i nuda, jak lubił kiedyś mawiać mój syn Adam. Nuda to słowo charakterystyczne dla współczesnej młodzieży. Ciągłe coś się musi dziać. Jak w amerykańskim filmie. Tam nawet jak jarają fajki to coś się dzieje. Żyjemy w czasach, w których na ekranie telewizora otwierają się trzy okienka, w każdym coś się rusza i gada, a na dole dodatkowo płyną dwa paski z aktualnymi nieistotnymi wiadomościami ze świata i do tego lekko z boku widać zajawkę jutrzejszego serialu. Przyjmujemy to z poczuciem, że panujemy nad wszystkim, bo mamy podzielną uwagę. Nie mamy. To mit. Mamy jedną uwagę i jak ją podzielimy na kilka rzeczy, to każdej poświęcimy kawałek uwagi. My po prostu przeskakujemy z jednego miejsca na drugie i wydaje nam się, że panujemy nad tym. Przecież możemy jeszcze stukać na komputerze, gadać na "gg" i pisać esemesa. Tak robią moje dzieci. Są wszędzie. A propos „wszędzie”. Przerwa na dowcip: Pijany puka do drzwi i otwiera mu kobieta. Czy ja tutaj mieszkam? – pyta pan. Nie, ja tu mieszkam – odpowiada kobieta. Pijany przeprosza i odchodzi. Chodzi przez godzinę po osiedlu i wraca do tego samego mieszkania. Sytuacja się powtarza i pan znowu przeprosza i odchodzi.



Po kolejnej godzinie poszukiwań wraca do tego samego mieszkania i ponawia pytanie. Kobieta się irytuje i mówi: ja tu mieszkam, do cholery. Na co pan spokojnie pyta: przepraszam panią, jeśli pani wszędzie mieszka, to gdzie ja mieszkam?".

W ciemności musisz samemu poszukać sobie światła. Kiedy siedzisz w „życiowym dołku”, celem staje się wyjście. Szukaj różnych metod. Kiedy dobrze zdefiniujesz problem – będziesz miał rozwiązanie.

— inspiracja —

Więc jeśli jesteśmy wszędzie naraz, to gdzie jesteśmy naprawdę? Nigdzie – i to jest właśnie istota uważności. Trzeba być gdzieś, aby być uważnym. Opowiadał mi kiedyś kolega, jak to zaczął praktykować jogę, aby się wyciszyć i na końcu opowieści stwierdził, że po roku ta joga go w ogóle nie odprężyła. Wyraziłem powątpiewanie, bo słyszałem, że ćwiczenia pomagają. Na co on mówi: „Widzisz, bo ja zapierdalałam w pracy do godziny 18.00, potem patrzę na zegarek i widzę, że już późno, więc biegiem zapierdalałam na jogę na 19.00. Potem się odprężam, a po jodze przez pół Warszawy zapierdalałam jeszcze na angielski. I nie widzę, aby ta joga mi pomagała”. W takich sytuacjach zawsze myślę o tych spokojnych mieszkańców małych wiejskich miejscowości, którzy siedzą godzinami przed sklepem spożywczym i piją tanie wino (a jak wiemy – tanie wino jest dobre, bo jest dobre i tanie). Patrzę na przejeżdżające samochody, tiry lub pociągi i tak w kucki (to ważne, bo jest to pozycja wygodna dla kręgosłupa), czyli zdrowo, godzinami siedzą i piją, i patrzę. Czasami jakiś warszawiak przerwie im to siedzenie proponując np. wykopanie szamba na swojej działce. Ale oni nie rwą się do żadnej roboty, bo robią to co lubią i nie widzą powodu, aby to zmieniać. Wtedy taki warszawiak myśli, że im się w dupach poprzewracało, ale to nieprawda. Oni żyją tak jak chcą. No i są uważni. Uważają, aby wypić wszystko do końca, oddać butelkę i wziąć kaucję oraz nie przeoczyć jak listonosz przynosi matce rentę. Są również czujni, gdy listonosz przynosi rentę ojcu kolegi, bo to oznacza, że kolega będzie przy forsie i można liczyć na grzdyla darmowego winka. Jestem pełen uznania dla tych prostych ludzi, którzy robią to co chcą i nie robią tego,

czego nie chcą – w odróżnieniu od wszystkich, których znam i wiem, że są ludźmi sukcesu. Ale na co dzień na ogół robią to, co muszą i trzeba. Bo niewolnik miał jednego pana, a ten wolny człowiek sukcesu ma wielu panów, których nazywa szefem lub klientem, lub ważnym kimś. Oni mogą do niego dzwonić o każdej porze i zepsuć mu weekend i zarządzać jego czasem do woli. Ludzie oponują jak mówię, że wolny człowiek robi to co, chce. Dają z siebie wszystko, aby mi udowodnić, że robią większość rzeczy, bo muszą a nie chcą. A co chcą? Być rentierami oczywiście – wtedy mogliby w końcu być sobą. Ble, ble, ble. Jak idzie na mnie koń z kłapkami na oczach to schodzę mu z drogi, a nie siłuję się z nim, czy nie daj Boże kopię. Wiem, że z kłapkami na oczach można przejść szybciej przez życie, ale nie przekonuję nikogo, że to jest złe podejście. „Musiki” i „trzebiki” są wszędzie. One nie są uważne. Uważnym można być tylko wtedy, gdy się „chce”, a nie „musi”. Większość z nas zna jakiegoś „musika”. I to są najczęściej nasze kochane „musiki”, z którymi chcielibyśmy się zestarzeć. Czy można im pomóc? Nie. Tylko one same mogą sobie pomóc. Te „musiki” żyją w ciągłym napięciu i rygorze, musztrują siebie i innych, i jak to życie pokazuje – płacą za to cenę zdrowia, a czasami nawet życia. Autor książki „Pokochaj siebie” Wayne Dryer nazwał takie zachowanie „muszturbacją”. Więc te musiki się całe życie muszturbują i może nawet sprawia im to przyjemność, bo instynkt zwierzęcy i logika podpowiada, aby nie robić rzeczy nieprzyjemnych. Dziecko jak coś lubi to robi, a jak nie lubi – to nie chce robić. Jak się cieszy, to klepie się po bokach i podskakuje (tak robi mój synek Mikołajek) i od razu widać, że mu dobrze. Dziecko w ogóle jest bardzo uważne i reaguje na wszystko, co ma dla niego znaczenie, nawet jeżeli rodzice mówią o tym cicho i w drugim pokoju. Dziecko nie słyszy poleceń typu „posprzątaj pokój i szykuj się do spania”, ale wychwyci każde słowo typu „lego”, „prezent”, „matchbox” czy „tolki”. Jego radary ustawione są na taką częstotliwość, że z całego szumu rodzicielskiego gderania wyłapią zawsze to, co dla nich najważniejsze, czyli to co chcą, a nie – muszą. Z nami dorosłymi jest podobne. Każdy ma uwagę selektywną i widzi to, co chce i co jest dla niego ważne. Nie wiem jak była ubrana matka kolegi syna na uroczystościach komunijnych, ale wiem jakim samochodem przyjechał jego ojciec. Dlatego podzielność uwagi to mit. Wyłapujemy selektywnie i kropka. Oczywiście samo zobaczenie czegoś o niczym nie świadczy.

Ważny jest *software* w naszym mózgu, który te informacje odpowiednio przeanalizuje. To się nazywa refleksyjność i jest umiejętnością szcątkową u *homosukcesusa*, czyli człowieka, który goni za tym, za czym wszyscy gonią. Aby być uważnym, należy nauczyć się refleksyjności. Słucham radia Pin i Pogoda. Obydwa zaspokajają moje gusta muzyczne i potrzeby informacyjne. Kiedyś słuchałem również innego radia. Przestałem, bo nie mogłem zaakceptować kłamstwa ukrytego w tekście: „fakty istotne dla Ciebie” oraz „jak wydarzy się coś ważnego to przerwiemy program i nadamy wiadomość”. Analiza każdej informacji pokazywała, że to co mówią, nie jest dla mnie ani ważne, ani dobre, ani przydatne. A na pewno nie jest w żaden sposób istotne, biorąc pod uwagę moje życiowe marzenia i cele. No bo co mnie obchodzi jakiś romans jakiegoś polityka z jakąś kobietą? Ani to ciekawe, ani istotne, a już na pewno nie warte mojego zaangażowania umysłowego. A wypadek, czyli – jak mówią spikerzy – tragedia na drodze. Zginęły dwie osoby. To jak nazwiemy sytuację, kiedy ginie dwieście albo trzysta tysięcy, jak po przejściu tsunami? Turbotragedią, superturboekstratragedią? Na pewno śmierć dwóch osób w wypadku jest wielką tragedią dla rodzin i przyjaciół. Ale dla mnie nie jest. Poza tym, jest wielu, którzy się ucieszą. Poczynając od laweciarza, który holuje wraki, a kończąc na panach w czerni składających trumnę do grobu. Oni z tego żyją. Ludzie zawsze umierali i trudno mówić o wszystkich. Codziennie ginie piętnaście osób na drogach. To niedobrze. Drogi są niebezpieczne. Ale również codziennie popełnia samobójstwo piętnaście osób. To bardzo niedobrze, bo znaczy, że nie udało się tym ludziom pomóc zanim targnęli się na swoje życie. Ale w mediach wyłapuje się tylko „perłki informacyjne”, aby przyciągnąć uwagę. A chodzi o reklamę, czyli zwykłą kasę, która generuje słuchalność lub oglądalność. No niech mnie ktoś przekona, że tak nie jest. Że gazeta, która pisze o normalnym człowieku, który jechał tak jak każdy, czyli szybciej niż durne znaki nakazują i wpadł z powodu złej drogi na niewinnych ludzi pozbawiając ich życia i nazywa go mordercą – nie robi tego dla kasy, tylko w imię wyższych szlachetnych racji. Że za tym kryje się jakaś misja. Bzdura. Każdy przekręcając kluczyk w stacyjce jest potencjalnym mordercą. Ponadto człowiek za kierownicą nie wstaje rano z myślą, że dzisiaj sobie kogoś zabije. Nie robi tego umyślnie, więc nie jest mordercą. Jest nieumyślnym sprawcą czyjejs śmierci, więc jak

można go nazwać słowem zarezerwowanym dla prawdziwych złoczyńców? Nie zarządzam światem, ale na pewno mogę wybierać informacje, które chcę dopuścić do swojego mózgu. Mogę też wykazać się refleksyjnością, która pomoże mi ocenić, na ile ta informacja jest dla mnie ważna i co z niej wynika w kontekście moich celów. Kiedyś moja córka powiedziała, że na lotnisku pracuje sokół i że wie to od nauczycielki. Więc spytałem czy wie, po co on tam jest. „Aby odstraszać ptaki, które mogą być niebezpieczne dla samolotów” – odpowiedziała. „To prawda, a jaki z tego wypływa dla nas ludzi wniosek?” – spytałem. „Nie wiem” – odpowiedziała patrząc na mnie jak na nawiedzonego ojca. No i tu dotykamy sedna naszej edukacji. Liczby, fakty, zdarzenia i nic poza tym. Zero myśli i refleksji. To po co ta wiedza? To tak, jakby małpie dać GPS-a. Może się domyśli po co on jest, a może nie. Więc mówię jej, że wniosków może być wiele, ale pierwszy jaki mi przychodzi do głowy to taki, że w dobie nowoczesnej techniki sokół, czyli reprezentant świata przyrody, jest skuteczniejszy niż najnowocześniejsze ludzkie osiągnięcia. A to oznacza, że człowiek zawsze korzystał i będzie nadal to robił, z dobrodziejstw przyrody. Tam można szukać pomocy i inspiracji. Dlatego warto szanować to, co zastajemy jak przychodzimy na tę planetę. Wszak pomieszkamy tu tylko przez chwilę. Spojrzała córka na mnie i powiedziała – „Weź wyluzuj tato”. Wyluzowałem, bo nie zmienię edukacji w szkołach. Bez uważności trudno o refleksje, a bez refleksji trudno o jakąś wyraźną zmianę w naszym życiu. Jadąc do Chorwacji z przyczyn technicznych musiałem spędzić z rodziną jeden dzień na polskim kempingu w uroczym miejscu nad pięknym zalewem. Mikołaj wszedł do wody, a obok niego zobaczyliśmy z przerażeniem sikającego chłopczyka. Ale to nie wszystko. Za chwilę z drugiej strony zaczęła wychodzić mu ciemnobrązowa „plastelina”. Tylko szybka reakcja mojej żony spowodowała, że nie było plum. Ale rodzice byli spokojni i w ogóle nieskonfundowani. W tym czasie ktoś przemaszerował w wodzie obok naszego syna z włochatym psem. Cudowny widok. Taki folklor. Naprawdę trzeba być bezrefleksyjnym człowiekiem, aby akceptować takie zachowania. Ale ponieważ większość wyglądała na lekko upojonych alkoholem, może ich refleksyjność się „stępiła”? Tak samo bezrefleksyjnym trzeba być, aby pozwolić swojemu psu wysrać się na trawnik przed blokiem. To nie ma znaczenia, że ta sama osoba w pracy zna dwa języki biegle i ma skończone dwa fakultety.

Bezrefleksyjność pojawia się u bardzo wykształconych ludzi. Nie wiem, czy wysadziliby swojego psa na trawnik przed własnym biurem. Ale to nie kwestia refleksyjności, tylko strachu przed kon-

sekwencjami. Mieszkalem kiedyś w takiej części Warszawy, w której po zimie jak śniegi stopniały, chodziło się między psimi gównami leżącymi na chodniku. Można jeździć drogim samochodem, a nadal być bezrefleksyjną amebą. Sukces materialny nie zmienił w ludziach podejścia do otaczającego świata. I długo jeszcze nie zmieni. Dlatego uważam, że większość tego, co nie pozwala nam rozwinąć skrzydeł, kryje się właśnie w UWAŻNOŚCI. Pisząc „nam” mam na myśli całą społeczność, a nie jednostkę. Refleksyjność leży u źródeł rozwoju wszystkich cywilizacyjnych zdobyczy. Ludzie patrzyli na ptaki przez całe tysiąclecia, ale dopiero Leonardo da Vinci zrobił z tego użytek. Jak on lata, skąd wie na jakiej jest wysokości, jak hamuje, a jak przyspiesza i jak orientuje się w ciemności, a jak... Tak można pytać w nieskończoność. I Leonardo pytał. I rysował. Wymyślił samolot i sposób jego awaryjnego opuszczenia, czyli spadochron. Zrobił to w czasach, kiedy ludzie na co dzień żyli bez kanalizacji, antybiotyków, prądu, gazu i komórek. Wyprzedził kilka epok dzięki swojej refleksyjności. Jego uważność była podniesiona do potęgi n-tej. Ale dzisiaj to zwykli ludzie zmieniają świat. Na pewno nie brakuje geniuszy, ale bez pracy zespołowej zwykłych „Kowalskich” niewiele można już osiągnąć. Ludziom łatwiej siedzieć na zebraniu i bić pianę w sprawie strategii czegoś tam niż spotkać się z sąsiadami, aby omówić ważniejsze strategie. Ważniejsze, bo dotyczące ich miejsca zamieszkania. Ale ważniejsze również dlatego, że ich dzieci mogą się w ten sposób nauczyć, co to oznacza wspólnota mieszkaniowa – nie ta ustawowa, a ta międzyludzka. Dzieci mogą się nauczyć co to jest synergia i dlatego, aby dogonić kraje rozwinięte, musimy poza DVD mieć jeszcze system współpracy w społecznościach, w których żyjemy. Co to jest refleksja? To tak samo trudne pytanie jak to, które zadał mi Mikołaj w zeszłym tygodniu. Zapytał: „Tato, co to jest sen”? Ratunku, nie znam odpowiedzi. Wiem, że jak mi się śni to mam różne

Tylko mały chłopiec chce być duży.

Duży już nie musi udawać, że nim jest. Noś swój wiek z godnością.

— inspiracja —

obrazy w (no właśnie – gdzie, czy aby tam na pewno?) głowie. Ale co to jest sen – nie wiem. Tak samo jak nie wiem, dlaczego żyjemy. „No bo zachodzą procesy energetyczne w komórce” – odpowie biolog. No dobra, ale komórka jest zbudowana z martwych pierwiastków typu węgiel, azot, siarka, wodór, żelazo itd. A co sprawia, że te martwe pierwiastki ożyły w komórce? Jeśli takie pytanie zadaje dziecko, to wtedy się mówi: „Lekcje odrobiłeś?”. „Tak, tato”. „To idź matce pomóc przy obiedzie”. I po rozmowie. Ale jak pyta dorosły, to pozostaje zaproponować przerwę i rzucić do barmana zbawienne: „No to polej pan”. Jak mówią Rosjanie „bez wódki nie rozbierasz”. Z wódką też nie. Życie było, jest i pozostanie tajemnicą. Ale refleksja pomaga przynajmniej na takie spuentowanie. Przy okazji rozmowy o szkoleniach dla niepełnosprawnych dowiedziałem się, że to środowisko mało się nawzajem wspiera. Jak ktoś odniesie sukces, wcale nie zyska aprobaty innych niepełnosprawnych. Czyli inwalida narzekający jest OK, ale inwalida, który rozwinął swoją np. restaurację, już nie jest OK. Dokładnie tak samo może być z każdym innym środowiskiem, ale w tym przypadku mimo wszystko mnie to zaskoczyło. I nagle moja rozmówczyni powiedziała, że to nie dotyczy niewidomych. No i refleksja mnie przeszła na wylot. Aż ciarki mi przeszły, gdy tego doświadczyłem. Bo co to oznacza? Że niewidomi nie tylko się nie spychają w dół, ale wręcz odwrotnie – wspierają się. A to, że sobie nie zazdroszczą. A czego mają sobie zazdrościć, skoro nie widzą? Nobla nie dostanę, ale odkrycie mnie powaliło. To może nie koło, ale można z tego zrobić użytek. **SUKCES MA WYMIAR WIZUALNY.** Jest widoczny. Żyjemy w świecie obrazów. Jeden samochód jest piękniejszy od drugiego, dom jest bogatszy, a uroda tej kobiety powala na ziemię każdego samca. Jej nogi, te piersi i włosy są tak zniewalające. A te diamenty i ich blask? Olśniewający. Chcę mieć i taki wózek, i taką kobietę, i taki zegarek, i komórkę, i wszystko co widziałem w reklamach i u sąsiada. A jeżeli nie mogę mieć, to niech sąsiad też nie ma!!! A co na to niewidomy? Nic. Bo dla niego samochód to przedmiot użyteczny, służący do przemieszczania się. Oczywiście ważne czy ma klimatyzację i wygodne siedzenia, ale wszystkie te atrybuty zaspokajają raczej potrzebę wygody, a nie próżność właściciela. Jeżeli siedzenie nie jest wygodne, to jakie ma to znaczenie, że jest zrobione z białej, koziej czy innej skóry? A dla widzącego ma. Bo widać. Bo marka. Bo logo. Bo snob może zaskoczyć innego snoba.

Bo gadżety biją po oczach i alufelgi na dziewiętnastocalowych kołach powalą sąsiada. A czy niewidoma kobieta wie, że jest piękna? Tak, bo jej powiedziano, ale to też nic nie znaczy, bo nie ma się jak porównać. Badania pokazują, że atrakcyjność kobiet zmienia się w zależności do kogo je porównujemy. Dlatego podobno wśród nauczycieli akademickich jest statystycznie więcej rozwodów niż wśród tych pracujących w podstawówce. Jak taki popatrzy na studentki i wróci do domu, to mu się cały światopogląd zmienia. A wraz z nim żona. Filizanka znanej firmy potrafi kosztować tysiąc złotych. Ale to tylko filizanka i dla niewidomego pozostanie funkcjonalnym przedmiotem, z którego się pije. Jeżeli ma niewygodny uchwyt to bardziej funkcjonalny będzie kubek za dwanaście złotych. No i jaka pojawiła Ci się refleksja po tym odkryciu, które ujawniłem? Czasami warto zamknąć oczy na to, co nas otacza. Wtedy można dotrzeć do swojej duszy, a tam wszystkie te przedmioty codziennego użytku i nieużytku nie mają już takiej wartości. Jest takie powiedzenie: **"lepiej przymknąć oczy niż otworzyć usta"**. Pewne rzeczy warto stracić z pola widzenia, aby w tym czasie zobaczyć inne. Nie ma podzielności uwagi. **Ludzie zbyt często patrzą w lustro, a zbyt rzadko przez okno.** Mówi się, że coś jest „oknem na świat”. UWAŻNOŚĆ na pewno jest takim oknem. A wracając do niewidomych to myślę, że można u nich rozbudzić potrzebę posiadania tych wszystkich drogich gadżetów, które oferuje się w każdym centrum handlowym. Jest to możliwe z prostego powodu. Próżność czy chciwość to cecha uniwersalna i każdy może w sobie ją rozwinąć. Nie chcę żadnej grupy gloryfikować. Podaje ten przykład tylko jako ilustrację pewnej refleksji.

Refleksyjność pozwala wyjść poza ścieżki uczęszczane przez większość. Refleksyjność i uważność pozwala odkryć swoją życiową NISZĘ. Zarówno jednej, jak i drugiej umiejętności można się nauczyć w każdym wieku. Nawet myślę, że im więcej człowiek ma lat, tym jakoś tak naturalnie zaczyna dostrzegać to, czego wcześniej nie widział. Na każdym kroku mamy przed sobą dwie drogi. Możemy wybierać. Tak jest do samej śmierci. Więc wybierz, czy chcesz być UWAŻNYM i REFLEKSYJNYM.



Rozmyślnik

Czy jesteś uważny?

Czy dotykałeś twarzy osób dla Ciebie bliskich?

Czy patrząc na mrówkę albo pszczołę zastanawiasz się, czego się możesz od niej nauczyć?

Czy wiesz, że w ulu jest ciemno, a mimo to pszczoły widzą swoje tańce? Naukowcy ciągle nie wiedzą, jak to się dzieje.

Czy zastanawiasz się nad tym, ile z tego, z czego na co dzień korzystasz, powstało dzięki podglądaniu przyrody?

Czy jak widzisz dwie apteki obok siebie, zadajesz sobie pytanie, co jest niezbędne, aby obie odnosiły sukcesy?

Czy mają jakiś szczególny marketing? I jak to doświadczenie wykorzystać w Twoim życiu?

Jakie pytanie zadałbyś Leonardo da Vinci, gdyby żył?

Biblioterapia

Wojciech Eichelberger, Zatrzymaj się, Wydawnictwo Czarna Owca

Valerio Albisetti, Dobrodziejstwo samotności, Jedność