

# Nie starcza miłości... Rozmowa z Tanną Jakubowicz-Mount

Miłość jest starsza od samych ludzi  
a nawet od piasku pustyni.  
Powraca zawsze z odwieczną siłą

Paulo Coelho

## Co byś chciała, żeby czytelnicy DŻ dowiedzieli się o Tobie, skąd Twoje zainteresowanie ekopsychologią i transpersonalizmem?

**Tanna Jakubowicz-Mount:** Trudno mi jednoznacznie odpowiedzieć na pytanie kim jestem. Jeszcze ciągle się tego dowiaduję. Jakiś czas temu obchodziłam swoje urodziny podczas warsztatu szamańskiego w Dąbrówce koło Lublina. Moi przyjaciele prowadzący warsztat postanowili uczcić ten fakt małą celebracją, zgodnie z tradycją Indian północno-amerykańskich. W niesamowitej scenerii nadciągającej burzy, przy wielkim ogniu, w rytmie bębnów i tańcu żywiołów odbyła się ceremonia inicjacji. Jeden z moich przyjaciół powiedział: No, siostró, siedem razy siedem i wszystko od początku. W jakiejś holograficznej wizji zobaczyłam wtedy wzajemne przenikanie się siedmiu postaci. Te z dalszego planu wypełniały i wzbogacały następne swoim doświadczeniem, bólem i cierpieniem, ale także miłością i rosnącym poczuciem sensu. Widzę ile etapów życia musiałam przeżyć, żeby dojrzeć do tego, co teraz robię. Jest jednak coś wspólnego co pojawia się w doświadczeniu moim i środowiska, z którym się utożsamiam od wczesnych lat 70. – zawsze robiliśmy coś nowego, wbrew staremu systemowi i porządkowi.

Moje poszukiwania dotyczą trzech głównych nurtów pracy nad sobą, pracy z ludźmi i praktyki duchowej. Jest takie pytanie, które cały czas mnie nurtuje i stało się moim koanem (koan – dogłębne zapytywanie stosowane w treningu duchowym, pozwalające przełamać dualistyczne, dzielące myślenie – red.): jak to zrobić, żeby wpadając w wir życia i pracy z ludźmi nie tracić równowagi, kontaktu ze swoim wnętrzem, utrzymując jasny umysł i otwarte serce? Wiem, że pomaga mi w tym praktyka – po prostu siedzenie w zen. Mój nauczyciel Genpo Roshi przez kilkanaście lat pomagał mi rzucać kolejne warstwy fałszywych pomysłów na własny temat, schematów, uwarunkowań i uzależnień. Dla mnie najbardziej wymiernym rezultatem praktyki zen jest głębokie poznanie siebie, umiejętność współodczuwania z innymi oraz spokój i przytomność umysłu, jaką potrafię zachować pracując z ludźmi w lęku, depresji czy wewnętrznym pomieszaniu. Stąd w naturalny sposób wynika moje zainteresowanie ekopsychologią i ruchem transpersonalnym. W tych obu kierunkach poszukiwań chodzi o przekraczanie swoich granic, swojego egocentrycznego punktu widzenia. Chodzi o to, żeby zamiast kierować ostrze swojego umysłu na zewnątrz nastawiając się na ekspansję i eksploatację świata, skierować uwagę do wewnątrz i rozszerzyć swój umysł i serce, aby czułą świadomością objąć cały świat i wszystkie istoty i przejawy życia. Z własnego doświadczenia wiem, że takie rozszerzanie swojej tożsamości przynosi ogromną radość i błogość.

Napisałam kiedyś: *czuję się jak rzeka dobiegająca kresu i rozpuszczająca swoje wody w nieskończonym oceanie miłości.*

## Przez wiele lat prowadziłaś zajęcia z ekopsychologii, na czym one polegały?

Zajęcia z ekopsychologii, które prowadziłam w Eko-Oko dotyczyły poszukiwania najbardziej żywej

i duchowej więzi człowieka z ziemią i całym wszechświatem. Próbowaliśmy przekroczyć nasz mały, ciasny umysł, który ustanowił granicę między „ja” a „nie ja” czyli resztą świata, uzurpując sobie prawo dominowania, władania i używania do własnych celów wszystkiego co żyje. To właśnie nasze ego przeciwstawia się naturalnemu porządkowi rzeczy. Powodując się lękiem i niewiedzą próbuje okiełznać żywioły ziemi, swoje ciało i własną, spontaniczną naturę. Zdaję sobie sprawę, że nie wystarczy być bojownikiem w interesie ziemi i jej mieszkańców. Trzeba wiedzieć, z którego miejsca w nas wychodzi to działanie - czy ze strachu, czy z nienawiści, złości, czy z poczucia winy, a może z miłości i współczucia?

Aby rozbudzić w sobie duchowość - połączenie z naturą, siedliskiem życia - należy zacząć od własnego serca. Prawdziwe cierpienie dzisiejszych czasów wynika z zasklepienia ludzkiego serca. Serce się uzbroiło, żeby chronić się przed urazami i zranieniami, ale tym samym zamknięty został przepływ miłości. Nie starcza miłości dla podtrzymania życia wszystkich istot.

Odarty ze świętości życia, odcięty od naturalnych źródeł energii, człowiek doświadcza dojmującej pustki w swoim sercu i w duszy. Opuszczenie samego siebie jest ceną, jaką płacimy za próbę przystosowania się do wymogów świata stworzonego przez ludzi. Ta pustka zionie smutkiem, rozpaczą, wiecznym nienasyceniem, ale także wielką tęsknotą za czymś naprawdę istotnym, głębokim i dobrym co nadałoby naszemu życiu wartość i znaczenie.

Tak więc w moim najgłębszym przekonaniu jeśli chcemy, żeby nasze działanie przyniosło istotne zmiany, powinno ono wynikać z miłości i poczucia ponadludzkiej wspólnoty. Tylko umysł wolny od lęku i połączony z naturą zdolny jest do miłości. *„Jeśli działanie na rzecz Ziemi i przyrody powodowane jest miłością, staje się to osią zmiany całej ludzkości. Jeśli wkładasz swoją siłę i energię w miłość, może dokonać się całkowita przemiana”* - Michael Roads

### **W jednym z wywiadów powiedziałaś, że od działań radykalnych wolisz działania długofalowe...**

Jestem zwolenniczką postawy wojownika duchowego - strażnika przyrody, Który wie kiedy podjąć właściwe działanie. Jest ugruntowany, przygotowany na konfrontację wtedy, kiedy wymaga tego sytuacja. Nie atakuje pierwszy, ale też nie uchyla się od walki. Jego umysł jest przestrzenny i panoramiczny. Potrafi zobaczyć i ocenić akcję z lotu ptaka. W chwili zagrożenia potrafi być nieustraszony, skupiony i skuteczny.

Jestem daleka od tego, żeby mówić o wojnie i człowieka czynić wrogiem przyrody. Stawanie po dwóch stronach barykady jeszcze nigdy nie zaowocowało pojednaniem i pokojem. Łatwiej i taniej jest oczyszczać umysł człowieka z niewiedzy i toksycznych myśli, niż oczyszczać ziemię z toksycznych odpadów. Dlatego potrzebne nam jest nie przesłanie grozy i strachu, ale przesłanie miłości. Trzeba zrobić coś, żeby ludzie nie musieli uciekać przed sobą, przed własnym lękiem, cierpieniem, niemocą. Bo właśnie z lęku i niemocy rodzi się przemoc. Należy przyjąć siebie we wszystkich wymiarach naszego człowieczeństwa, wraz ze swoim światłem i cieniem. Pamiętajmy, że rosnąca wiara w siebie spontanicznie wyzwala w nas dobro i współczucie. Poprzez wnikanie w siebie otwierają się bramy poznania, łączymy się z wielką obfitością natury, która jest naturą wielkiego umysłu.

**Tanna Jakubowicz-Mount** jest psychoterapeutką. Od 27 lat pracuje z ludźmi, towarzysząc im w rozwoju i poszukiwaniu własnej drogi. Uczestniczyła w zakładaniu i działaniu różnych ośrodków terapeutycznych i ekologicznych, między innymi OTiRO, Laboratorium Psychoedukacji, Eko-Oko. Założyła Polskie Towarzystwo Transpersonalne i Holistyczny Ośrodek Treningowy. Jest wiceprzewodniczącą EUROTASu Europejskiego Tow. Transpersonalnego. Organizuje IV Europejską Konferencję Transpersonalną, która będzie spotkaniem psychologów, socjologów, ekologów,

filozofów i artystów i odbędzie się w Warszawie w dniach 17-22 sierpnia. Celem spotkania jest poszukiwanie twórczych dróg wychodzenia z kryzysu cywilizacji i kryzysu duchowego człowieka.