

Stara-nie!

Okruchy ekozoficzne

Postaraj się! To zalecenie, jak magiczne zaklęcie, kieruje codziennym losem wielu ludzi. Wokół starają się niemal wszyscy. Dzieci starają się uzyskać lepsze oceny w szkole, rodzice starają się dobrze wychować swoje dzieci, pracownicy starają się lepiej pracować, by instytucje i firmy jeszcze lepiej realizowały swoje cele i przynosiły zysk. Leśnicy, ogrodnicy i rolnicy starają się wyeliminować szkodniki. Politycy starają się z całych sił przekonać do siebie wyborców, by ostatecznie, gdy uzyskają władzę, starać się zrealizować swoje wizje. Te wizje zaś utkane są z obietnic lepszego życia. Jeśli ono nadejdzie, będziemy bardziej szczęśliwi. Bo przecież o szczęście trzeba się postarać, gdyż rzekomo samo nie przyjdzie.



Bóbr. Fot. Klasse im garten, flickr.com/photos/klasseimgarten/6548790403/

Cała nasza cywilizacja jest wielkim staraniem się o to, by rzeczywistość odpowiadała naszym oczekiwaniom. To staranie się jest nieustanną walką okupioną ogromnymi nakładami energii. Towarzyszy temu napięcie będące wynikiem braku zgody na to, co jest.

Bo trzeba to wyraźnie powiedzieć: u podłoża imperatywu starania się leży radykalna niezgoda na rzeczywistość. To poczucie niezadowolenia, braku akceptacji i spokoju jest jednocześnie wyrazem naszego oddzielenia od samego życia, które nie ma nic wspólnego ze staraniem się.

Jesteśmy prawdopodobnie jedynymi istotami na tej planecie, które tak usilnie starają się. Poza nami bowiem wszystko i wszyscy żyją tak po prostu. Wątpię, czy drzewa *starają się* budować korony tak, by uzyskać jak najlepszy dostęp do światła. Wątpię, czy pszczoły *starają się* pozyskać nektar z kwiatów. Wątpię, czy bobry *starają się* budować tamy na rzece. Wszystkie żywe organizmy robią to, co robią. Można nawet zaryzykować twierdzenie, że robią to, czego nie mogą nie robić. W tym znaczeniu nie starają się, tylko działają. Nie znajdziemy u nich też jakiejś fundamentalnej niezgody na rzeczywistość taką, jaka ona jest. Same bowiem są częścią tej rzeczywistości i jako takie są całkowicie wprzęgnięte w nurt naturalnego procesu.

Z człowiekiem jest podobnie do pewnego momentu. Małe dzieci nie starają się ssać mleka z piersi matki. Żadne dziecko nie stara się nauczyć chodzić czy mówić. Po prostu robią to z zaangażowaniem tak pełnym, że nie ma tam miejsca na nic innego. W szkole to wszystko pęka jak bańka mydlana. Teraz już trzeba się starać być jak najlepszym. Szkoła to dobry trening przed dorosłym życiem, w którym usilne staranie się niechybnie prowadzi do emocjonalnej starości.

Koncept starania się bazuje na założeniu, że istnieje jakaś wewnętrzna, niezależna i skuteczna instancja decyzyjno-sprawcza, do której możemy się odwołać, by osiągać swoje cele. Współczesna psychologia w dużym stopniu sceptycznie podchodzi do tego założenia. Przykładowo, żaden terapeuta nie będzie sugerował swojemu lękowemu pacjentowi, by ten postarał się nie bać. Zamiast tego stworzy warunki, by pacjent stopniowo odpuścił sobie staranie się bycia kimś, kim nie jest.

No właśnie: co stałoby się, gdyby odpuścić to wielkie, katorżnicze staranie się? Co stałoby się, gdyby pozwolić życiu płynąć tak, jak ono chce? Gdyby tak pozwolić lasom, wilkom, gąsienicom, rzekom czy własnym emocjom zaistnieć tak, jak tego chcą? Gdyby tak ogłosić pokój w tej wojnie z życiem i przyjąć rzeczywistość z jej całym inwentarzem? Wyobrażam sobie, że dla wielu ludzi taka wizja jest przerażająca. Ale to znaczy ni mniej ni więcej, że życie jest przerażające, że nie ma dla nas

większego zagrożenia niż samo życie. Tak zapewne jest w istocie, bowiem życie zawiera w sobie cierpienie i śmierć, a tę część traktujemy jako niechcianą. To dlatego musimy się ciągle starać, bo inaczej będzie źle.

Tak czy owak staranie się nie chroni nas przed cierpieniem i śmiercią, a nawet wzmacnia dodatkowo lęk przed nimi. Jeśli bowiem ciągle nosimy w sobie niezgodę na rzeczywistość i walczymy z życiem, to trudne doświadczenia stają się dla nas tym dotkliwsze. W ten oto sposób daremnie starając się, tym bardziej narażamy się na to, czego mieliśmy uniknąć.

Najwyższy więc czas puścić się! I nie przeszkadzać życiu. Rzeczywistość jest dokładnie taka, jaka jest. Nie będzie inna, bo gdyby mogła być inna, to byłaby. Życie robi swoje i nie wysila się przy tym ani trochę, mimo że ten proces wiąże się z przepływem energii. Ale nie znajdziemy tu jakiegoś zmagania się, starania i kombinowania. Jeśli tak nie potrafimy żyć, to mamy problem. I poniekąd cała nasza cywilizacja jest wielką manifestacją tego problemu, któremu na imię niezgoda.

Odpuszczenie sobie tej niezgody jest najbardziej radykalną zmianą, jakiej możemy w życiu doświadczyć. Ta zmiana jest możliwa już teraz. Aby ją urzeczywistnić, nie trzeba nic zrobić. A raczej zrobić - nic. Bez starania się. I być podobnym do cudownie rozkwitającej rośliny, która wcale nie stara się być piękna.

Ryszard Kulik