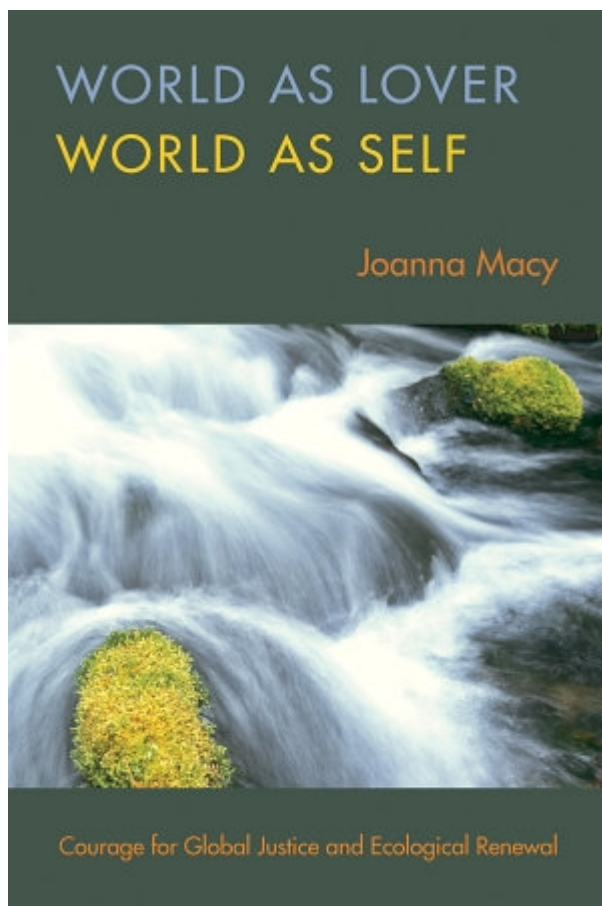


Przekraczanie rozpacz. Wokół książki Joanny Macy „World as Lover, World as Self”

Książka „World as Lover, World as Self” stanowi zbiór inspirujących esejów, wykładów i medytacji, łączy w sobie filozofię buddyjską z podejściem ekopsychologicznym i głęboką ekologią. Jest po części teoretycznym wykładem filozofii buddyjskiej, po części poetyckim opisem naszej głębokiej więzi ze światem, a po części podręcznikiem dla aktywistów.

Aktualność przesłania książki

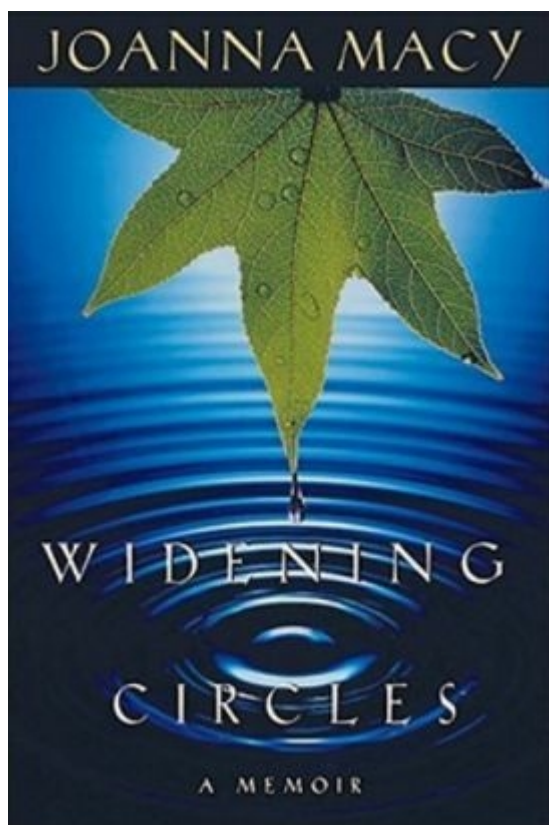
Choć jej pierwsze wydanie pochodzi z 1991 roku, a ostatnie, poprawione, ukazało się dziesięć lat temu, to nie tylko nie traci ono nic ze swej świeżości, ale wręcz jej przesłanie z każdym rokiem staje się coraz bardziej aktualne. Jest tak zapewne dlatego, że autorka dokonała niezwykle wnikliwej analizy ludzkiej kondycji w epoce globalnego kryzysu ekologicznego i postawiła diagnozę wyjaśniającą przyczyny kolektywnej apatii – najczęstszej reakcji na doświadczanie planetarnej katastrofy. Na tym jednak nie poprzestała i po diagnozie przyszedł czas na propozycję uzdrawiania naszej zbiorowej duszy, która choruje na nieustannie tłumioną rozpacz.



Podstawowym pytaniem, które Joanna Macy zadaje sobie i czytelnikowi jest to, w jaki sposób poradzić sobie z kryzysem wynikającym z ogromu zniszczenia naszej planety, bez poczucia całkowitego przytłoczenia i zalanania przez trudne emocje. Odpowiedź jaką daje nam Macy jest radykalna – proponuje przyjąć tę trudną prawdę mieszcząc w sobie ból, frustrację, złość i inne trudne emocje, które się z nią wiążą.

Joanna Macy zaprasza nas do podróży po meandrach ludzkich uczuć – tłumionej rozpacz, gniewu,
Przekraczanie rozpacz. Wokół książki
Joanny Macy „World as Lover, World as Self”

smutku i obezwładniającego poczucia bezsilności. Dostrzeżenie to pierwszy krok w tej wędrówce. Jednocześnie uniwersalizm jej przesłania zawiera się w pewnej analogii, którą ustanawia pomiędzy rozpaczą związaną z kryzysem naszej planety a buddyjskimi naukami o cierpieniu. Tak jak Cztery Szlachetne Prawdy – zręb buddyjskiej filozofii – mówi nam o cierpieniu (Pierwsza Szlachetna Prawda), przyczynie cierpienia (Druga Szlachetna Prawda), ustaniu cierpienia (Trzecia Szlachetna Prawda) i Ścieżce Prowadzącej do Ustania Cierpienia (Czwarta Szlachetna Prawda), tak Macy prowadzi nas przez drogę, na której uświadamiamy sobie swoją rozpacz, poznajemy jej przyczyny, odnajdujemy nadzieję na uzdrowienie i poznajemy sposoby uzdrowienia rozpacz i kryzysu, który obecnie dotyka Ziemię.



Obraz świata

Pierwszym krokiem, który mamy do wykonania na naszej drodze jest zrewidowanie naszego obrazu świata. Potrzebujemy rozwinąć nasze wewnętrzne zasoby. A zaliczyć do nich możemy między innymi wzorzec postrzegania świata, nasz fundamentalny światobraz. „Musimy nauczyć się widzieć rzeczy takimi, jakie są [...] nie możemy rozpocząć procesu uzdrawiania, dopóki nie będziemy w pełni obecni w naszym świecie, dopóki nie nauczymy się jak wytrzymać ten widok” (Macy 1991, s. 4). Potrzebna jest więc wspólna refleksja nad naszą postawą wobec świata i różnych możliwych sposobów jego postrzegania, ponieważ sposób postrzegania rzeczywistości, nasz – jak go nazywa Macy – *Weltbild*, może wzmacniać nas w naszych działaniach, albo osłabiać.

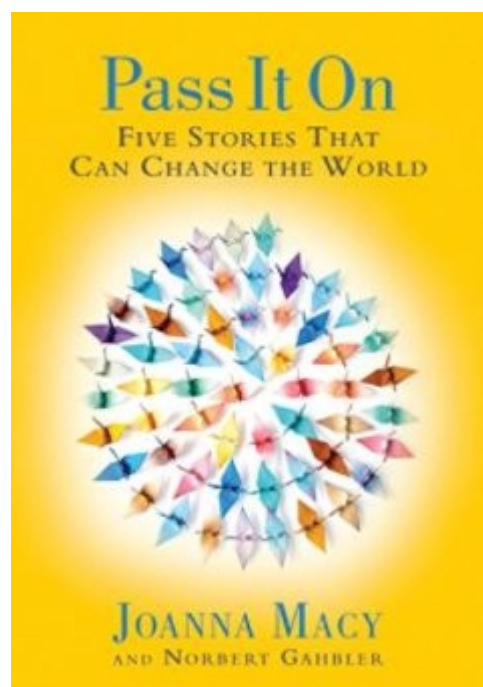
Macy wymienia cztery takie zasadnicze modele. W podziale takim odwołuje się zarówno do filozoficznych, jak religijnych i społecznych tradycji. Świat zatem możemy postrzegać: jako pole walki, jako pułapkę, jako kochanka/kochankę lub jako jaźń.

Świat jako pole bitwy

To wizja świata, w którym dobro pozostaje w nieustającej walce ze złem. Charakteryzuje postawy religijnych fundamentalizmów, w które taka metafizyczna walka jest wpisana. Ta perspektywa może

Przekraczanie rozpacz. Wokół książki Joanny Macy „World as Lover, World as Self”

być przekonująca dla osób przepełnionych lękiem - wymaga ona krwi, bohaterskich czynów i bronienia tego, co arbitralnie uznajemy za dobre. Postawa ta wzmaga gniew i wzmacnia postrzeganie zjawisk społecznych i relacji w czarno-białych barwach, skłania do identyfikacji z „naszymi” w opozycji do „obcych”.

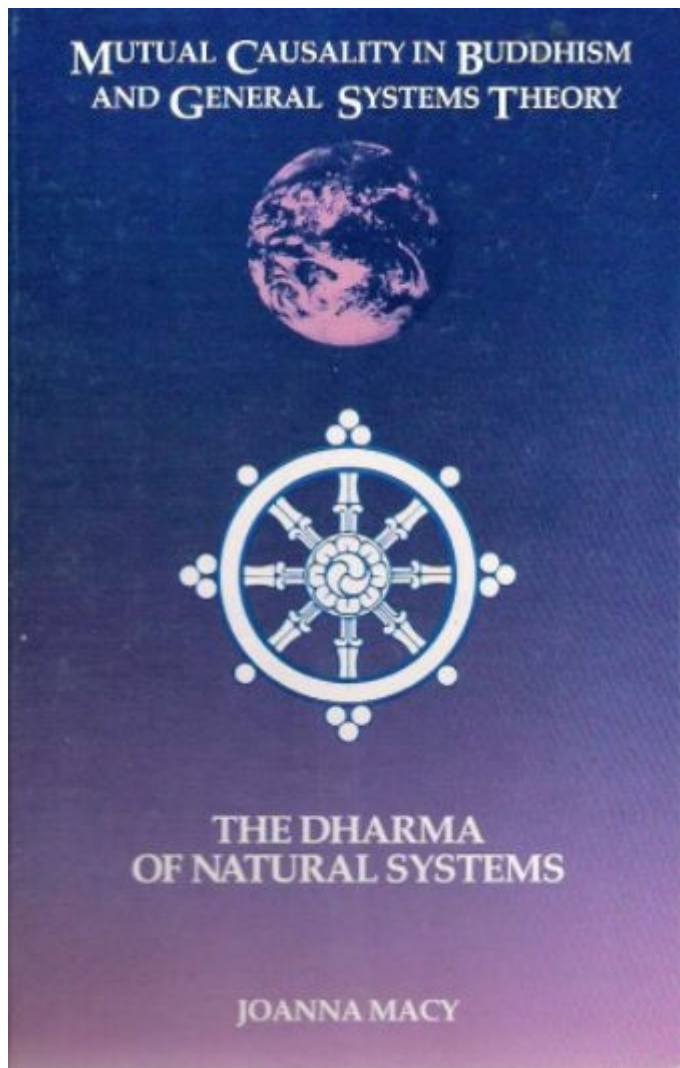


Świat jako pułapka

Wizja świata, dla której charakterystyczne jest oddzielenie ducha od ciała i deprecjonowanie materii. Charakteryzuje takie religijne systemy, które wywodzą się z gnostycyzmu. Osoba tak postrzegająca rzeczywistość widzi samą siebie jako uwięzioną, w jakiejś mierze „zepsutą”, wymagającą jakiś działań, które ją naprawią. Macy zauważa, że wśród buddystów takie postrzeganie świata przejawiać się może postanowieniem, że zaangażują się w życie czy w działania społeczne, gdy tylko się oświecą. W świeckim wydaniu takiego myślenia osobie towarzyszyć może przekonanie, że będzie mogła w końcu żyć i pomyśleć o innych, gdy tylko przejdzie terapię, zaliczy jeszcze jeden warsztat rozwojowy itd. Postawa taka skutkuje nader silnym poczuciem alienacji i samotności.

Świat jako kochanek/kochanka

Przekroczenie poczucia oddzielenia i alienacji pozwala jednak na wytworzenie się zupełnie innego obrazu świata. Przestaje on być polem bitwy czy pułapką a staje się ukochanym miejscem. Świat w takim ujęciu jest domem, w którym każdy element jest manifestacją piękna i miłości. Taki obraz świata charakteryzował wszystkie religie mistyczne, zarówno chrześcijański i pogański mistycyzm Zachodu, jak i mistycyzm Wschodu - hinduizm czy buddyzm. Uczuciem, które dominuje w tym sposobie postrzegania rzeczywistości jest wdzięczność, a Macy nazywa ten stan wprost zakochaniem się w świecie. Ta wizja rzeczywistości jest nieodzownie związana z kolejnym modelem postrzegania świata.



Świat jako jaźń

Filozofia buddyjska, hinduizm czy mistyczne nurty wszystkich religii, a także głęboka ekologia i w pewnej mierze współczesna nauka, stanowią podstawę takiego postrzegania świata - jesteśmy jednością. Na płaszczyźnie cielesnej, duchowej i relacji przyczynowo-skutkowych wszystkie elementy świata są ze sobą nierozzerwalnie związane. Jedność, w której uczestniczymy nie jest jednak całkowitym zlaniem się elementów, w taki sposób, że pozostają one nierozróżnialne. Jest raczej poczuciem silnej więzi, wspólnoty i połączenia. Świat w tym ujęciu jest złożoną całością, która jest czymś więcej niż prosta suma jego części.

Obraz świata, który przyjmujemy ma - jak widać - niebagatelny wpływ na nasze działania w tym świecie. Może wspomagać nasze działania, albo je osłabiać. Co jednak ważne, ten obraz świata może w powolnym procesie ulegać stopniowej zmianie, na przykład przez pielęgnowanie w sobie poczucia wdzięczności, możemy porzucać poczucie alienacji i lęk, charakterystyczne dla pierwszych dwóch modeli świata i dążyć do postrzegania go jako ukochanego miejsca.

Apatia:

Tym, co zdecydowanie staje na przeszkodzie aktywnego zaangażowania się działania na rzecz pokoju, sprawiedliwości, ochrony środowiska i dzikiej przyrody jest apatia. Wielu aktywistów, którzy angażują się w takie działania przekonuje, że nasze przetrwanie wymaga pozbycia się apatii, nakładając w pewnej mierze, być może nieświadomie, moralne sankcje na doświadczanie apatii.

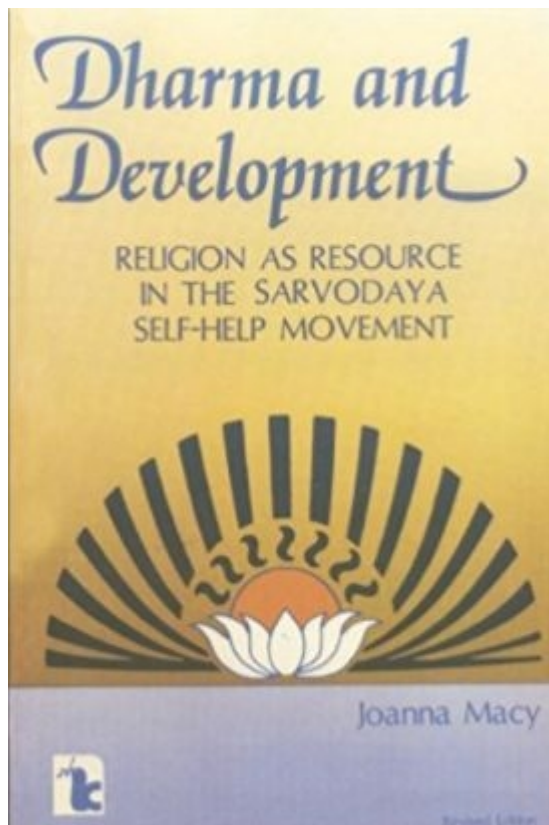
Macy zwraca uwagę na grecki źródłosłów pojęcia *apatheia*, które dosłownie oznacza „nie-cierpienie”. Zauważa więc, że doświadczanie apatii jest nieumiejętnością lub odmową odczuwania rozpacz, związanej z tym, co dzieje się z naszą planetą. Jak pisze: „Przyczyną naszej apatii nie jest jednak obojętność. Bierze się ona ze strachu przed stawieniem czoła rozpacz, która podświadomie czai się pod powierzchnią zwykłej codzienności. Obawy o to, co stanie się z naszą przyszłością, pozostają na skraju świadomości, zbyt głębokie by je nazwać i zbyt przerażające, by stawić im czoła. Z powodu silnego tabu nałożonego na rozpacz, jak i z powodu lęku przed bólem rzadko jest ona uświadomiona czy wyrażona bezpośrednio. Jest trzymana na dystans. Tłumienie rozpacz jak każda inna głęboka i nawracająca reakcja, powoduje częściowe odrętwienie duszy. Ekspresja gniewu lub przerażenia jest wyciszona, przytępiona jak gdyby cały wigor został odcięty. Odmowa, by odczuwać zbiera jednak swe tragiczne żniwo” (Macy 1991, s. 15).

Apatia, nieumiejętność odczuwania, zarówno cierpienia i rozpacz, jak i innych emocji, ma więc wiele negatywnych konsekwencji:

- powoduje zubożenie wrażliwości emocjonalnej, emocje są przygaszone, a emocjonalny krajobraz staje się płaski,
- to odrętwienie zmniejsza nasze zdolności do przyswajania i reagowania na informacje,
- energia potrzebna do tłumienia rozpacz zmniejsza naszą kreatywność i umiejętność posługiwania się wyobraźnią, by stworzyć świeże wizje i strategie radzenia sobie z rzeczywistością,
- powoduje osłabienie naszej odporności psychicznej,
- lęk przed rozpaczą działa jak filtr, który nakładamy na rzeczywistość i powoduje, że widzimy w niej przede wszystkim to, co wywołuje lęk,
- nasza ciekawość świata i uważność słabnie, jak gdybyśmy przygotowywali się do czegoś, co Macy nazywa Wielkim Snem, zapadamy się w inercji i marazmie.

Rozpacz:

Gdy myślimy o przyszłych losach naszej planety postrzegamy je coraz częściej w czarnych barwach. Nasz świat, przynajmniej w formie, w jakiej go znamy, dla nas ludzi może się zakończyć. Choć w przeszłości koniec świata wielokrotnie przepowiadały różne ruchy religijne, a ludzie różnych epok uważali własne czasy za ostateczne, po raz pierwszy w historii żyjemy w sytuacji, gdy o końcu świata mówi nie religia, a nauka. Wizja katastrof, które dotkną ludzi i inne gatunki, jeśli nie powstrzymamy ocieplania się klimatu, wizja wymierających gatunków i wynikających z kryzysu ekologicznego kryzysów społecznych i gospodarczych jest wyraźnym sygnałem możliwego końca. Świat może się skończyć. Może, co nie oznacza, że się zakończy z całą pewnością. Ta pozornie mała zmiana semantyczna stanowi wielką różnicę.



Doświadczenie rozpacz, z którą mamy do czynienia gdy konfrontujemy się ze świadomością tego, co dzieje się z naszym światem nie jest więc pewnością złego losu albo patologiczną depresją i nihilistycznym poczuciem daremności. Jest raczej utratą towarzyszącego człowiekowi zawsze dotąd przekonania, że życie na Ziemi przetrwa z całą pewnością. To utrata przekonania o tym, że życie – zarówno biologiczne: ekosystemy, które nas otaczają, jak i społeczne: wartości, więzi i instytucje społeczne – jest czymś trwałym.

Tymczasem lekarstwa, które próbujemy sobie aplikować na chorobę odrętwienia duszy stanowią raczej truciznę niż rzeczywisty lek. Rozpacz nie uzdrowi bowiem zastrzyk optymizmu albo solidna dawka „pozytywnego myślenia”. Rozpacz – tak jak żal czy każda inna trudna emocja – musi zostać nazwana, uświadomiona i przepracowana. A to oznacza uhonorowanie jej jako zdrowej ludzkiej odpowiedzi na sytuację, w której znajduje się obecnie świat, a my wraz z nim. Jedynie tak uwolniona i odmrożona energia emocji, którym w końcu stawiliśmy czoła, może nie tylko doprowadzić nas do wyzwolenia, ale także przywrócić nam nadzieję i wzmocnić w nas zdolność do działania w obliczu planetarnej katastrofy.

Uczucie żalu i przerażenia są naturalne w obliczu możliwego końca cywilizacji i stopniowego upadku życia. My jednak staramy się je ukrywać jak wstydliwą chorobę. Dzieje się tak zarówno z powodów psychologicznych, jak i społecznych. Gdy tylko dopuścimy do siebie uczucia związane z losem naszej planety, gdy zdejmujemy z nich cenzurę, którą zwykliśmy na nie nakładać, uczucia te mogą wybuchnąć z niezwykłą intensywnością, przejawiającą się również w fizycznych symptomach. Mówiąc inaczej uświadomienie sobie i ujrzanie w pełnej rozciągłości dramatu, którego doświadcza planeta – może spowodować uczucia tak silne, że może być nam trudno sobie z nimi poradzić.

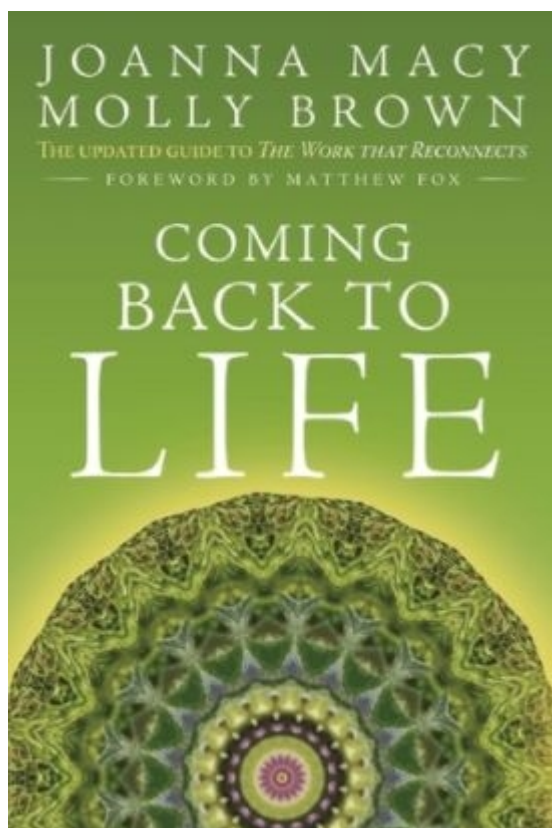
Na czynniki społeczne składa się przede wszystkim tabu narzucone przez społeczeństwo, które każe nie traktować poważnie zwierząt, roślin, innych istot czy całej planety. W społecznym przekazie kwestie te są trywializowane a osoba wyrażająca emocje z powodu np. kryzysu ekologicznego jest traktowana z pobłażaniem. Rzeczywiste źródło powodów jej emocji może być dezawuowane nawet przez osoby powołane do niesienia pomocy psychologicznej, które mogą doszukiwać się w takich

uczuciach innych powodów. Ponadto społeczeństwo, szczególnie amerykańskie (które przede wszystkim na myśli ma Joanna Macy), poddane jest dodatkowej presji towarzyskiej, którą wyrazić można słowami „Jeśli nie możesz powiedzieć nic miłego, najlepiej nie mów nic”.

Dodatkowo niektóre emocje – takie jak melancholia, poczucie bezsilności, zwątpienie w sens działań i brak nadziei – stają się tabu nawet wśród aktywistów. Macy opowiada historię młodego człowieka, który z wyraźnym poczuciem winy przyznał się przed swymi kolegami i koleżankami – działaczami na rzecz pokoju, że nie odczuwa nadziei. W jego wypowiedzi pobrzmiewał niepokój, czy jest dla niego wciąż wśród nich miejsce, jeśli brak mu entuzjazmu i wiary. Choć mówił o przytłaczającym go poczuciu rozpaczony związanym z rozpoznaniem jak ma się rzeczywistość, wyrażał w istocie obawę o to, że zostanie źle zrozumiany i uznany za tchórza i cynika.

Współzależność:

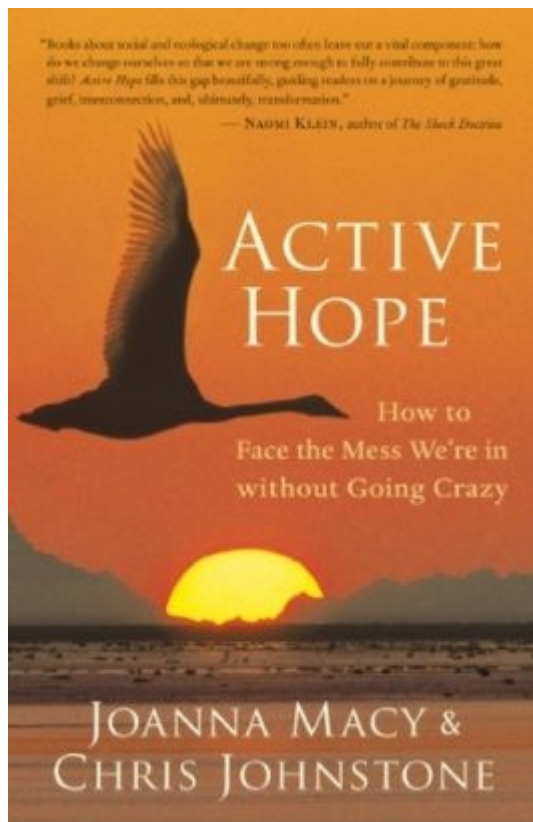
Pierwsze kroki naszej podróży mamy za sobą. Zobaczyliśmy czym jest cierpienie i jaka jest jego przyczyna. Czas zobaczyć jak można ją uzdrowić. Macy po raz kolejny czerpie tu z filozoficznego dorobku buddyzmu i odwołuje się do *Paticca-Samuppāda* – Prawa Współzależnego Powstawania, drugiego obok Czterech Szlachetnych Prawd fundamentu myśli buddyjskiej. Prawo to na płaszczyźnie ontologicznej opisuje niekończący się cykl procesu narodzin i śmierci oraz wzajemnej współzależności wszystkich istot. Autorka nieodmiennie łączy tę buddyjską perspektywę z podejściem głęboko ekologicznym, postawą biocentryczną nawiązującą do wizji świata jako sieci ekologicznych powiązań między poszczególnymi elementami ekosystemów oraz ewolucyjnej teorii powstawania gatunków. Połączenie perspektywy filozoficznej z naukową oraz z globalnym spojrzeniem na procesy i mechanizmy społeczne i gospodarcze odsłania pełen obraz rzeczywistości, w której wszyscy jesteśmy ze sobą powiązani. Tak, jak nie ma organizmu, który nie potrzebowałby innych organizmów i całego ekosystemu, tak nie ma decyzji czy wydarzenia, które nie wpłynęłyby na inne decyzje i wydarzenia. Przyjęcie takiego obrazu świata niesie ze sobą ulgę i radość, że nie jesteśmy osamotnieni. Kieruje nas w stronę postrzegania świata jako ukochanego i jako jaźń, zamiast postrzegania go jako pole bitwy czy pułapkę. Napęlnia nasze serca miłością i współczuciem. Ale także niesie naturalną potrzebę brania odpowiedzialności za świat. Macy przywołuje często słowa nauczyciela buddyjskiego Thich Nhat Hanha, iż nie można tylko istnieć, trzeba współistnieć.



Prawo Współzależnego Powstawania jest zatem najgłębszym i najbardziej poruszającym imperatywem etycznym odwołującym się zarówno do naszego poczucia odpowiedzialności i najzwyklejszego na świecie współczucia, ale też stanowi znacznie głębsze wezwanie do działania. Otóż z faktu współzależności, współistnienia i współtworzenia świata wynika wprost, że tak jak indywidualne i globalne problemy są wspólnymi problemami i dotyczą każdego i każdą z nas, tak samo rozwiązania tych problemów, mądrość i odwaga by stawić im czoła oraz nadzieja na ich rozwiązanie stają się naszym wspólnym dobrem. Nie sposób nie chronić innych istot i nie troszczyć się o nie, skoro troska o inne istoty i troska o samych siebie to w istocie to samo. Nie jesteśmy niezależni od siebie ani oddzieleni.

Wdzięczność:

Uświadomienie sobie naszej współzależności faktu, że współistniejemy i współtworzymy świat napawa olbrzymią wdzięcznością. Choć jest ona trudna do wysłowienia, Macy pisze o niej tak: „Otrzymaliśmy nieoceniony dar. Życie w tym pięknym, samoorganizującym się wszechświecie – uczestniczenie w tańcu życia ze zmysłami, aby go postrzegać, płucami, by nim oddychać i organami by czerpać z niego pokarm – jest cudem nie do opisania” (Macy 2007, s. 75). Dodaje, że jest niezwykłym przywilejem, iż uczestniczymy w sieci życia jako istoty ludzkie, które obdarzone są samoświadomością. Jest w nas ludziach skłonność zarówno do czynienia zła, jak i dobra, tendencje destrukcyjne, jak i wielka kreatywna moc. Gdy z wdzięcznością postrzegamy życie jako dar a świat jako ukochane miejsce możemy skorzystać z przywileju bycia samoświadomą istotą, by wziąć udział w uzdrawianiu naszego świata.



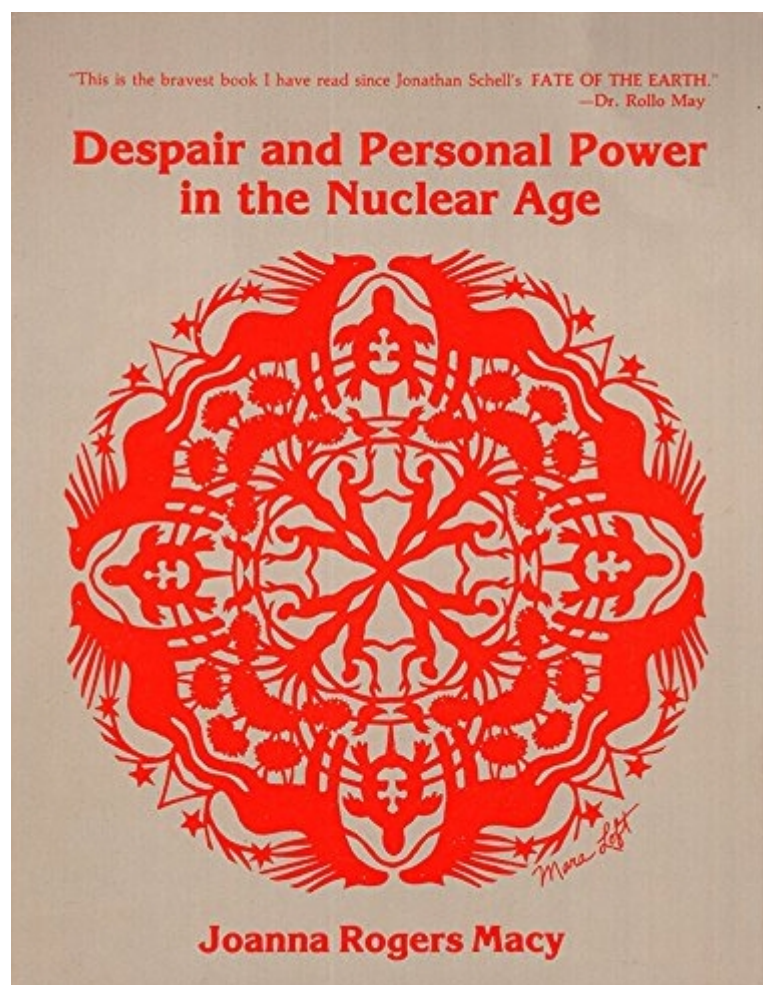
Samoświadomość daje nam możliwość wyboru, poznawania, mówienia i działania w imieniu większej całości, którą jesteśmy. Praktyka wdzięczności wzmacnia naszą ostrą, codzienną świadomość naszego połączenia z innymi istotami wyrażającą się w prostych codziennych czynnościach takich jak jedzenie czy oddychanie.

Macy opowiada historię jednego z plemion Irokezów – Onondaga, które podobnie jak inne plemiona rdzennej ludności Ameryki przez stulecia układania się z rządami USA i Kanady próbowały różnych strategii, by zachować swoją kulturę i swoje ziemie. W początkach naszego stulecia Onondaga rozpoczęli sądową batalię z rządem USA, od którego domagali się wycofania z ich ziem trującego środowiska przemysłu. Sprawę niestety przegrali a strona rządowa uznała, że jest za późno na takie zmiany. Macy odwiedziła ich i została oprowadzona po szkole, w której uczą się miejscowe dzieci. Poznała tam tradycję dziękczynienia, które co dzień składa cała społeczność. W prostych i krótkich słowach zebrani dziękują żywiom, roślinom, zwierzętom, Ziemi i słońcu jednocząc swe myśli wokół każdej z pozdrawianych istot. Macy zauważyła po tej wizycie, że codzienna praktyka podziękowań, które ci ludzie przesyłają w świat jest prawdopodobnie silnym czynnikiem, który sprawił, że kultura ta jeszcze istnieje. Praktykowanie dziękczynienia pozwala przetrwać w świecie, który tracimy kawałek po kawałku. Pozwala zachować godność w obliczu katastrof, które dotyczą naszą planetę. Pozwala zachować jasny, spokojny umysł w tych trudnych czasach.

W kierunku działania: Spirala nadziei i mocy

Macy zauważa, że wdzięczność nie tylko zmienia nasz sposób postrzegania rzeczywistości, ale otwiera nas również na działania. Wraz z postrzeganiem świata jako ukochanego miejsca rodzi się odpowiedzialność za losy Ziemi. Nasze działania i ogólnie nasze życie przebiega bowiem zgodnie ze spiralnym ruchem czterech elementów, które wzajemnie wyłaniają się z siebie i wpływają na siebie nawzajem. Te cztery etapy to: 1. otwieranie się na wdzięczność, 2. odczuwanie bólu świata, 3. widzenie nowymi oczyma, 4. podjęcie działań. Ten spiralny ruch otwiera nas na kontakt z naszym głębokim poczuciem dobra i osobistej mocy. Kiedy otworzymy się na wdzięczność, będziemy w stanie odczuć ból świata, a to pozwoli nam patrzeć nowymi oczyma – widzieć jak jesteśmy powiązani ze

wszystkimi innymi istotami. Pozwala nam to wzbogacić się o siłę i mądrość by działać dla obecnego i przyszłego świata.



„A wtedy znów wkraczamy do akcji i podejmujemy działania, do których wzywa nas świat. Wraz z innymi, gdziekolwiek i jakkolwiek jest to możliwe, określamy cel, ustalamy plan, ruszamy. Nie czekamy, aż pojawi się instrukcja obsługi albo gwarantujący sukces scenariusz, bo każdy krok będzie naszym nauczycielem, dając nam nowe perspektywy i możliwości. I nawet jeśli nie powiedzie się nam w tym przedsięwzięciu, możemy być wdzięczni za szansę, którą wykorzystaliśmy i za lekcję, którą otrzymaliśmy. A wtedy spirala zaczyna się na nowo” (Macy 2007, s. 86).

Przekraczając rozpacz - co można zrobić?

Ostatnim krokiem naszej wspólnej podróży jest uświadomienie sobie, że rozpacz można przekroczyć, kierując się pewnymi wskazaniem i praktyką. Oto niektóre z nich:

1. Opuścić mechanizmy obronne. Macy chętnie odwołuje się tutaj do polskiego psychiatry Kazimierza Dąbrowskiego, którego koncepcja pozytywnej dezintegracji pozwala przyjąć taką perspektywę, że każdy kryzys jest początkiem czegoś nowego. Boimy się zmierzyć z rozpaczą, ponieważ boimy się rozpaść pod jej ciężarem, ale robiąc to otaczamy się murem. I ten mur, stając się częścią nas samych musi ulec dezintegracji, by móc budować siebie na nowo, jako czującą, zdolną do reakcji i działania osobę.
2. Pozwolić sobie odczuwać. Gdy pojawiają się silne emocje staramy się szybko znaleźć ukojenie, znaleźć odpowiedzi. Tymczasem najczęściej na początek wystarczy po prostu odczuwać. Pomocne w tym procesie może być wyrażanie swoich uczuć w trakcie warsztatów dla aktywistów, takich jak Zgromadzenie Wszystkich Istot.

3. Pozwolić sobie oczekiwać. Gdy konfrontujemy się z kryzysem, który dotyka naszego świata jak najszybciej chcemy mu zaradzić. Warto jednak najpierw pozwolić sobie na odczucie rozpacz, bólu świata. Nie oznacza to, że mamy siedzieć beczynnie, warto jednak nie przyspieszać procesu przejścia od doświadczania bólu do działania. Jak mówił jeden z uczestników warsztatów, które prowadziła Macy: „Czekać aż mrok stanie się pełny i jasny”.
4. Pozwolić działać swojej wyobraźni. Praca z rozpaczą i umocnieniem może przejawiać się również w snach albo wizjach, które pojawiają się spontanicznie gdy dopuszczamy do siebie trudne emocje związane z kryzysem naszej planety. W tym przypadku nieświadomość, jako część psychiki większa niż nasze „ja” może podsuwać nam obrazy, które dadzą nam rozwiązania lub będą stanowić pokrzepienie. Warto zatem z uwagą przyglądać się naszym snom i traktować przekaz z nich płynący z należytą powagą.
5. Być wspólnotą. Praca z rozpaczą, praca nad uzdrawianiem Ziemi nigdy nie jest pracą solo. Nawet jeśli w danym momencie nie jesteśmy fizycznie blisko z innymi, którzy zmagają się z tą samą przygodą, zawsze stanowimy wspólnotę, którą wiąże szczególnie więź. Warto również tę więź podtrzymywać i dawać sobie nawzajem wsparcie podczas spotkań czy warsztatów, takich jak warsztaty Zgromadzenia Wszystkich Istot.

Anna Gierlińska

Anna Gierlińska – dr filozofii, trenerka, edukatorka i aktywistka ekologiczna, prowadzi warsztaty ekopsychologiczne i warsztaty rozwoju osobistego. Interesuje się ekopsychologią, filozofią głębokiej ekologii i psychologią C.G. Junga. Współprowadzi Akademię Jungowską.

Bibliografia:

- Macy Joanna (1991) *World as Lover, World as Self*. Berkeley: Parallax Press.
- Macy Joanna (2007) *World as Lover, World as Self: Courage for a Global Justice and Ecological Renewal*. Berkeley: Parallax Press.

Poza recenzowaną tu książką „World as Lover, World as Self”, Joanna Macy jest autorką lub współautorką następujących książek dotyczących głębokiej ekologii, ekopsychologii i buddyzmu:

Despair and Personal Power in the Nuclear Age (New Society Publishers, 1983)

Praca, która zapoczątkowała trwający do dziś ruch działaczy na rzecz pokoju, społecznej sprawiedliwości i bezpiecznego środowiska skupiający aktywistów, psychologów, artystów i nauczycieli duchowych. Opisuje podstawy pracy z rozpaczą i umocnieniem oraz daje wsparcie w procesie tworzenia się grup, które stanowią bezpieczne i autentyczne środowisko dla społecznej transformacji.

Dharma and Development Religion as resource in the Sarvodaya self help movement (Kumarian Press, 1985)

Praca ta pokazuje jak społeczne ruchy wiejskie w Sri Lance korzystają z rdzennych wartości religijnych i kulturowych, by na nowo zdefiniować cele i istotę rozwoju. Ilustruje tym samym ogromne znaczenie tradycji religijnych we wszelkich wysiłkach zmierzających do wypracowania alternatywnych modeli społecznych w krajach rozwijających się.

*Przekraczanie rozpacz. Wokół książki
Joanny Macy „World as Lover, World as
Self”*

Thinking Like a Mountain. Towards a Council of all Beings (z John Seed, Pat Fleming, and Arne Naess; New Society Publishers, 1988; New Society/ New Catalyst, 2007), polskie wydanie: *Mysząc jak góra. Zgromadzenie Wszystkich Istot* (Wydawnictwo Pusty Obłok, Warszawa, 1992)

Jedyna wydana w języku polskim pozycja Macy i innych autorów, poświęcona głębokiej ekologii oraz sztandarowemu warsztatowi Joanny Macy i Johna Seeda - Zgromadzeniu Wszystkich Istot, w Polsce od lat prowadzonemu przez Stację Edukacji Pracowni na rzecz Wszystkich Istot. Praca jest zbiorem esejów filozoficznych, medytacji i innych materiałów pomocnych w pracy nad przekraczaniem rozpaczy i w działaniach dla globalnej zmiany.

Mutual Causality in Buddhism and General Systems Theory (SUNY Press, 1991)

Książka na podstawie rozprawy doktorskiej Joanny Macy przedstawia relacje pomiędzy buddyjską koncepcją współzależnego powstawania a ogólną teorią systemów. Dialog pomiędzy tymi dwiema koncepcjami nie tylko ukształtował myśl i pracę Joanny Macy, ale także rzucił światło na naszą zdolność do zmieniania świata.

Coming Back to Life: The Guide to the Work that Reconnects (z Molly Young Brown, New Society Publishers, 1998, 2014)

Przewodnik dla działaczy, aktywistów i edukatorów ekologicznych, w którym autorzy dzielą się doświadczeniem i obserwacjami dotyczącymi pracy z rozpaczą i jej przekraczaniem. Macy rozwija wątki tematyczne, które pojawiały się w jej wcześniejszych pracach, w szczególności w „World as Lover, World as Self”, w formie praktycznych porad, pomocnych dla każdego, kto pragnie przekuć teoretyczne wglądy na praktyczne działania.

Widening Circles: A Memoir (New Catalyst Books, 2007)

Biografia, o której autorka pisze: „Ta historia mojego życia opowiada o tym, jak oddana wyznawczyni kartezyjanizmu, szkolona w liceum francuskim, zakochuje się w swoim świecie i kończy jako buddyjska nauczycielka głębokiej ekologii. Przygody na tej drodze rozciągają się między himalajskimi odosobnieniami a akcjami politycznymi, napędzane determinacją, by pogodzić duchowość ze zmianami społecznymi” workthatreconnects.org.

Pass It On: Five Stories That Can Change the World (z Norbert Gahbler, Parallax Press, 2010)

Zbiór pięciu poruszających historii opowiadających o nagłym przebudzeniu i niespodziewanej świadomości. Książka jest zapisem doświadczeń autorki z jej podróży do Indii, Rosji, Australii i Tybetu, a zebrane w niej opowieści świadczą o przekonaniu Joanny Macy, że ludzkość może przebudzić się do nowego i głębszego zrozumienia naszych powiązań z planetą i jej niezliczonymi formami życia.

Active Hope: How to Face the Mess We're in without Going Crazy (z Chis Johnstone, New World Library, 2012)

Czerpiąc z dziesięcioleci nauczania podejścia opartego na umocnieniu, autorzy prowadzą nas przez proces przemiany oparty na mitycznych podróżach, współczesnej psychologii, duchowości i holistycznej nauce. Ten proces wyposaża nas w narzędzia do zmierzenia się z bałaganem, w którym jesteśmy. Wzmacnia nas w działaniach w czasie Wielkiej Zmiany (Great Turning) – przejściu od społeczeństwa wzrostu przemysłowego do społeczeństwa podtrzymującego życie activehope.info/index.html.

Joanna Macy jest także autorką i współautorką prac dotyczących poezji R.M. Rilkego: „Rilke’s Book of Hours” (1996, 2005), „A Year With Rilke” (z Anita Barrows, Harper One, 2009) oraz tłumaczenia Sonetów do Orfeusza oraz Elegii Duinejskich: „In Praise of Mortality” (z Anita Barrows 2004).