

<https://www1.wdr.de/radio/cosmo/programm/sendungen/radio-po-polsku/standpunktwidzenia/brzydga-helbig0felieton-listopadowy-100.html>Wsluchajmy sie w listopad

W listopadzie jakby trochę smutnawo, zmiana czasu, ciemno, deszcz. Może warto właśnie teraz uświadomić sobie skończoność naszych ziemskich biografii i odważnie, świadomie spojrzeć w ciemność – pisze Bygida Helbig.

W listopadzie jakby trochę smutnawo, zmiana czasu, ciemno, deszcz. Na szczęście mam urodziny i dzielą one listopad jakoś tak na pół. Podobnie jak Święto Niepodległości. Więc na początku miesiąca – aby do urodzin. A po urodzinach – oby do grudnia, oby do adwentu, do grzańca, aż zapłoną lampki na KuDanie i świat będzie znowu wyglądał trochę weselej, chociaż za świętami wcale nie przepadam. Ale z drugiej strony co zrobiłabym bez świąt? Jak przeżyłabym te ponure miesiące roku nie narzekając na konieczność polowania na prezenty i decydowania, gdzie, u kogo i z kim spędzić Boże Narodzenie, żeby nikogo nie urazić? Takie kwestie skutecznie zabijają poważniejsze pytania, które mogłyby się w nas pojawić, na przykład o to, czy w ogóle żyjemy tak, jakbyśmy chcieli, i czy wiemy, po co. Kto wymyślił urodziny i święta, temu cześć i chwała. O ileż łatwiej przy pomocy takich rytuałów znieść ciężar istnienia. Chociaż można by pewnie wykorzystać je trochę inaczej. Nie do krzątania i zapomnienia, lecz do zatrzymania się i spojrzenia rzeczywistości twarzą w twarz. Co jest tym trudniejsze, im więcej stosujemy przy takich okazjach środków pozornie odstressowujących, na przykład alkoholu. A propos alkoholu.

Niedawno prowadziłam spotkanie z pewną wspaniałą poetką i nadal jestem pod jej wrażeniem. Poetka podczas spotkania była bardzo spokojna i uważna, po spotkaniu nie wychyliła duszkiem wina, jak my wszyscy, tylko cierpliwie poczekała na ekstra zamówioną herbatkę. Rano na hotelowym śniadaniu odmówiła kawy. Okazało się, że od jakiegoś czasu nie stosuje obu używek, choć nie pić w towarzystwie to u nas nie lada sztuka. Ale nie piszę tego, by gloryfikować totalną ascezę. Chcę tylko powtórzyć banał, o którym zapominamy – że często używkami się ogluszamy, bo nie chcemy czegoś poczuć. Wolimy nie wiedzieć, co się z nami dzieje, wolimy pędzić i dawać się pędzić, byleby dalej. W przeciwnym razie musielibyśmy opuścić na chwilę kierat. Może coś zmienić w życiu, może zacząć zmieniać świat. A my się boimy, może wstydzimy, a poza tym zmiany są trudne. Trzeba najpierw poczuć ból, trzeba przekroczyć własne granice. Podobną rolę jak alkohol mogą odgrywać tabletki, czasem zbyt szybko przypisywane osobom depresyjnym. Poetce, o której piszę, zależy, aby być świadomą tego, co się z nią dzieje. Aby nie przeżyć życia w stanie snu. Aby nie być łatwym łupem dla różnego rodzaju kłusowników, czy to w postaci kampanii reklamowych, czy fałszywych przyjaciół. Warto być wystarczająco trzeźwym i uważnym, aby zidentyfikować to, co nam nie służy, nie wchodzić w relacje, które nam szkodzą, pracę, która nie cieszy. (Wielu z nas nie pozostawia nawet chwili między impulsem a reakcją, nie daje sobie czasu na czucie). Poetka, którą spotkałam, chce być obecna i obudzona. Aby wiedzieć, na czym stoi, zewnątrz i wewnątrz. Aby wiedzieć, czego chce. Bo to ważniejsze niż unikać tego, czego się nie chce. Dobrze jest sformułować własną intencję, gdyż w przeciwnym razie ktoś zrobi to za nas i możemy stać się piłką w jego rękach. Koncentracja na własnej intencji to ważniejsze niż krytykowanie innych i marudzenie. Bo człowiek z najklarowniejszą intencją (niekoniecznie dobrą!) pociąga za sobą innych. Chętnie idziemy za nim, jeśli sami nie mamy wystarczająco jasnej wizji. Na tym bazują chociażby dyktatorzy. Warto więc nad własną wizją popracować, zamiast żyć w stanie uśpienia (na przykład z nosem w smartfonie albo wykonując tysiąc czynności „z automatu”). To lepsze niż walenie w przeciwników, niż zawstydzanie ich, że na przykład zjedli (jeszcze) kawałek kielbasy. To nie działa. Działa przede wszystkim przykład. Żyjemy, a nie śpimy, bo nie zauważymy nawet, jak

ktoś, coś, gdzieś nas pociągnie, w coś wciągnie i nagle obudzimy się w miejscu, w którym nigdy nie chcieliśmy być. Może warto właśnie w listopadzie uświadomić sobie skończoność naszych ziemskich biografii i odważnie, świadomie spojrzeć w ciemność? Wytrzymać melancholię, czy ból i posłuchać, co mają nam do powiedzenia? Wykorzystać długie popołudnia na lekturę i podróż do wnętrza? A tam pracowicie oddzielać ziarno od plew, aby zabrać w dalszą drogę tylko to, co dla nas naprawdę ważne i dobre.