

Aleksander Łamek „Sens życia”

Aleksander Łamek

"Sens Życia"

Wydanie II rozszerzone

Warszawa sierpień 2005

Wydawnictwo: Edukacja i Nauka

Wszelkie prawa zastrzeżone

Oficjalna strona książki:

www.senszycia.smiech.org

Zasady rozpowszechniania książki

Elektroniczna książka „Sens życia” jest **publikacją bezpłatną**. Każdy może za darmo kopiować tę książkę i rozprowadzać ją wśród innych osób poprzez umieszczenie jej na swojej stronie WWW, wysyłając ją e-mailem, lub kopiując na dyskietki i płyty CD. Zabronione jest natomiast czerpanie korzyści materialnych z udostępniania tej książki innym.

Książkę tę dedykuję wszystkim osobom, które stanowiły dla mnie inspirację przy jej pisaniu.

Wstęp

Zapewne każdy z nas chciałby znaleźć sens swojego życia. Można go szukać na wiele sposobów. W tej książce poznasz kilka z nich. Jest to książka o rozwoju osobistym i duchowym, o poszukiwaniu szczęścia i satysfakcji z życia, o tym wszystkim, co składa się na nasze życie.

Mimo, że książka porusza bardzo ważne tematy, to została napisana z dużym poczuciem humoru, w myśl zasady uczyć przez zabawę. Aby ułatwić odbiór znajdującej się w niej wiedzy, książka ta ma postać powieści. Głównym bohaterem jest młody człowiek, któremu właśnie zawalił się cały świat. Stracił pracę, dach nad głową i środki do życia. Gdy znajduje się na samym dnie, w jego świat wkracza ktoś, kto wyciąga do niego pomocną dłoń. Od tego momentu uczeń i Mistrz kroczą wspólną drogą, odkrywając stopniowo przed sobą swoje tajemnice.

Książka „Sens Życia” nie stara się przekazać jedynych słusznych poglądów. Przedstawia ona różne koncepcje, z których każdy czytelnik wybierze te, które mu najbardziej odpowiadają.

Zabierając się do jej lektury będziesz musiał Drogi Czytelniku nieraz głębiej zastanowić się nad sobą, swoim życiem i otaczającym cię światem. Jeżeli jesteś gotów się tego podjąć, to ta książka jest przeznaczona właśnie dla Ciebie.

Aleksander Łamek

Rozdział 1

Sobota

Było już niemal ciemno. Na małej, warszawskiej uliczce czas jakby stanął w miejscu. Żaden ruch nie wskazywał na upływ czasu. Nagle z tego letargu uliczkę zbudził nieznajomy, który postanowił wtargnąć w jej świat. Nieznajomy, o czym on sam w tym momencie jeszcze nie wiedział, miał stać się niedługo bohaterem pewnej powieści. Ale na razie nie uprzedzajmy faktów.

Nieznajomy, jak na nieznajomego, był całkiem dobrze ubrany. Miał na sobie elegancki garnitur, koszulę, krawat, dobre buty. W lewej ręce trzymał butelkę wysokoprocentowego napoju. Butelka była już prawie pusta. Co stało się z jej zawartością? Łatwo się tego można było domyśleć po chwiejnym kroku nieznajomego.

Czy to przez przypadek, czy też przez ironię losu, nasz nieznajomy wkroczył w naszą małą uliczkę. Przemieszczając się od jednego je krawężnika do drugiego, systematycznie piął się w głąb uliczki. Dokąd go zaprowadzi ta droga? Uliczka kończyła się ślepym murem. Tak więc czy nasz bohater będzie musiał zawrócić? Nie tym razem. Jego aktualne plany nie uwzględniały dotarcia do końca uliczki. W zupełności wystarczył mu znajdujący się w jej połowie śmietnik. Bohater resztkami sił doszedł do śmietnika i z westchnieniem położył się obok niego. Tak, tu mu będzie dobrze. Przynajmniej tej nocy.

Rozdział 2

Niedziela

Zapowiadał się piękny, sierpniowy dzień. Tak przynajmniej można było wywnioskować ze słońca, które od samego rana świeciło pełnią sił. Jednak nie każdemu to odpowiadało. Nasz bohater właśnie zaczął budzić się. Otworzył powoli oczy i natychmiast zamknął je znowu, nie mogąc wytrzymać padających prosto na twarz promieni słońca. Po chwili zasłonił oczy ręką i ponownie ostrożnie otworzył je. Po minucie jego wzrok już w pełni przyzwyczał się do silnego słońca.

Bohater drżącą ręką (i z drżącym sercem) zaczął macać wokół siebie w poszukiwaniu butelki. W końcu znalazł ją. Chwycił butelkę łapczywie i szybkim gestem zbliżył szyjkę do ust. Przechylił butelkę. Z butelki nie wyleciała ani jedna kropla. Nie tego się spodziewał. Nasz bohater zerknął do środka butelki – była pusta.

Chcąc nie chcąc wstał powoli i zaczął niepewnie rozglądać się po uliczce. Zapewne zastanawiał się skąd tu się wziął. Nagle coś sobie przypomniał. Nie było to nic miłego, gdyż jego twarz wykrzywiła się w przykrym grymasie.

Gdy bohater zmagał się ze swoją pamięcią, uliczka powitała nowego gościa. Zza zakrętu wszedł do niej ubrany w łachmany mężczyzna. Pierwsze spojrzenie na niego od razu nasuwało wniosek, że jego status materialny nie był zbyt wysoki. Najprawdopodobniej był żebrakiem. Żebrak na pewno nie był tu po raz pierwszy, gdyż pewnym krokiem ruszył w stronę śmietnika.

Tymczasem nasz bohater nieświadomy mającego nastąpić kontaktu, spojrzął na zegarek na ręce, a następnie sięgnął po portfel do wewnętrznej kieszeni marynarki i wyjął go. Szybko zajrzał do środka i z niewesołą miną zobaczył, że jest w nim tylko banknot 10-cio złotych oraz trochę monet.

W tym momencie w końcu dotarło do niego, że nie jest sam w uliczce. Podniósł wzrok na zbliżającego się żebraka. Żebrak bez ceregieli odezwał się do niego.

- Czy to twój śmietnik?

Bohater wymamrotał odpowiedź.

- Nie.

Żebrak niemal rozkazującym tonem odparł.

- To odsuń się!

Bohater mimowolnie wykonał polecenie żebraka i odsunął się na bok. Żebrak podszedł do śmietnika i zaczął w nim grzebać. Bohater z niedowierzaniem pokręcił głową, przyglądając się żebrakowi. Żebrak zauważył to i odezwał się.

- No co, ja tu pracuję.

- Pracujesz?

- Muszę jakoś zarabiać na życie. No nie?

Bohater spojrzął na niego niepewnie. Żebrak nie przerywając pracy w śmietniku zwrócił się do bohatera.

- A ty gdzie pracujesz?

- Gdzie?

- Przestać mnie przedrzeźniać. Chyba potrafisz odpowiedzieć na proste pytanie?

- Wcale nie jest takie proste.

- Czyli nie masz pracy?

- Chyba tak.

- Czyli jesteś bezrobotnym. To obecnie bardzo popularny zawód. Nie sądzisz?

Bohater nie odpowiedział. Ten żebrak chciał sobie najwidoczniej z niego zakpić!

- Ale ten śmietnik jest mój, więc musisz sobie znaleźć pracę gdzie indziej.

- Nie ma sprawy - odpowiedział słabym głosem bohater.

- Tyś się chyba czegoś naćpał? Masz jakiś towar do zbycia?

Bohater spojrzał na leżącą na ziemi pustą butelkę i z żalem w głosie odpowiedział.

- Już nie.

- Coś ty taki ponury? Uśmiechnij się, przecież mamy piękny dzień.

- Łatwo ci mówić. Ty właśnie nie straciłeś pracy i nie zostałeś wyrzucony na bruk.

Żebrak przerwał przeszukiwanie śmietnika i spojrzał uważnie na naszego bohatera.

- A więc myślisz, że ja mam pracę i mieszkanie? Masz koleś niezłe poczucie humoru, albo bogatą wyobraźnię.

- Chodziło mi o to, że ...

Żebrak przerwał mu stanowczo.

- Wiem o co ci chodziło mazgaju. Po prostu chcesz zrzucić winę za swoje ponure samopoczucie na innych i zły los. O nie mój drogi, tym sposobem daleko nie zajdziesz. Tak się składa, że wiem coś o tym. Kiedyś też tak postępowałem. Ale to się zmieniło. Teraz polegam tylko na sobie. I widzisz jak daleko zaszedłem.

Bohater zlustrował krytycznym wzrokiem żebraka i odpowiedział.

- Właśnie widzę.

Żebrak nie kryjąc złośliwości rzekł.

- Nie wiesz idioto, że to nie szata zdobi człowieka? Z twojego ubioru wynika jednak, że dla ciebie faktycznie najważniejszy jest wygląd. Cóż. Można i tak. Ale wracając do mnie. Jestem człowiekiem, który sam stanowi o swoim życiu. To ja decyduję, gdzie żyję i co robię. Jestem wolny. I co najważniejsze, jestem szczęśliwy.

Bohater z niedowierzaniem i obrzydzeniem pokazał na śmietnik.

- Jak można być szczęśliwym żyjąc w taki sposób?

- Klucz do szczęścia tkwi tu - mówiąc to żebrak postukał się palcem w czoło i dokończył. - Powinieneś to zapamiętać, gdyż chyba od dzisiaj zaczniesz życie na moim poziomie.

Bohater nie odpowiedział, tylko spojrzął przed siebie ponuro. Żebrak schował do worka znalezione w śmietniku rzeczy i zaczął zbierać się do odejścia. Coś go jednak powstrzymało. Spojrzął jeszcze raz uważnie na bohatera.

- Czy masz chociaż blade pojęcie, jak sobie będziesz radził w tej nowej sytuacji?
- Nie za bardzo - odpowiedział szczerze bohater.

Żebrak chwilę namyślał się, po czym odezwał się.

- Wiesz co. Kiedyś byłem w takiej samej sytuacji jak ty. Aby tutaj przeżyć musiałem uczyć się na swoich błędach. Ty nie musiałbyś tego robić, jeżeli byś mi przez jakiś czas towarzyszył. Mógłbym ci pokazać, jak ułożyć sobie życie w tak nieciekawej dla ciebie sytuacji.

Nasz bohater był realistą. Wiedział, że nie ma nic za darmo.

- A co chciałbyś w zamian?
- Tylko jedną drobną rzecz - żebrak uśmiechnął się niewinnie.
- Co takiego?
- Musiałbyś nazywać mnie Mistrzem.

Bohater uśmiechnął się krzywo.

- Nie ma mowy. Ale dzięki za propozycję.
- Widzę, że rozpiera cię jeszcze duma. Ale nie przejmuj się. Gdy będziesz musiał zacząć żebrać na ulicy i spać pod gołym niebem, to wyleczysz się z niej.

Żebrak podniósł worek i powoli zaczął odchodzić. Bohater niepewnie rozejrzał się. Zerknął na śmietnik, a następnie na żebraka. W końcu zawołał.

- Hej, zaczekaj!

Żebrakowi najwidoczniej wysiadł aparat słuchowy, bo nie zareagował na wołanie bohatera. Bohater zawołał głośnie.

- Zaczekaj, muszę się zastanowić.

Aparat nadal nie działał. W końcu bohater zdesperowany wypowiedział magiczne słowo.

- Zaczekaj, Mistrzu!

Słowa te najwidoczniej spowodowały włączenie się aparatu, gdyż żebrak, a właściwie Mistrz zatrzymał się w pół kroku. Zastygł na chwilę, a następnie powoli odwrócił się do bohatera.

- Słucham cię mój uczniu.

Bohater, a właściwie już uczeń podszedł do Mistrza.

- Mogę cię nazywać Mistrzem, ale musisz mi udowodnić, że naprawdę zasługujesz na to, aby cię tak nazywać.

Mistrz bez zmruczenia oka odpowiedział.

- Masz to jak w banku. Idziemy?

Uczeń kiwnął przytakująco głową. Świadomość, że nie jest już sam, dodała mu trochę otuchy. Mistrz i uczeń skierowali się ku wyjściu z uliczki. Gdzie ich zaprowadzi wspólna podróż? To wie chyba tylko autor tej książki.

Rozdział 3

Po wyjściu z uliczki Mistrz i uczeń weszli na jedną z ruchliwych ulic Warszawy. Przechodnie niepewnie zaczęli zerkać na ubranego w łachmany Mistrza. Ten widząc to, zwrócił się do ucznia.

- Wiesz co, chyba zwracam zbyt dużo uwagi. Powinienem przebrać się w coś bardziej pasującego do twojego wyglądu.

Uczeń przytaknął na to głową.

- Przydałoby się.

Mistrz rozejrzał się dookoła.

- Ok. Wejdźmy tutaj.

Mistrz głową wskazał na pobliską bramę. Mistrz i uczeń weszli do bramy i przeszli na podwórze. Mistrz zatrzymał się tam i podał uczniowi swój worek.

- Potrzyмай to.

Gdy uczeń chwycił worek, Mistrz sięgnął do środka i wyjął sporych wielkości zawiniątko. Rozwinął je. W środku znajdowały się porządne, czarne spodnie dżinsowe, koszula oraz marynarka. Mistrz szybko przebrał się w nie. Stare rzeczy zawinął w zawiniątko i schował do worka. Następnie wyjął z worka jakąś szmatę, napluł na nią i wytarł nią buty. Uczeń z zaskoczeniem zauważył, że były to całkiem eleganckie buty.

Mistrz ponownie sięgnął do worka i wyciągnął z niego ładnie wyglądającą torbę. Szybko włożył do niej cały worek i zwrócił się do ucznia.

- I jak wyglądam?

Uczeń zlustrował go wzrokiem. Widać, że przemiana Mistrza zrobiła na nim duże wrażenie.

- Jestem pod wrażeniem. Twój worek kryje sporo niespodzianek.
- Wszystko co mam, noszę z sobą. To najlepsze rozwiązanie.
- Dlaczego wcześniej nie nosiłeś tego ubrania?

Mistrz udając lekkie zdziwienie odparł.

- A po co? To ubranie jest na specjalne okazje.
- A jaka to okazja?
- Ty. Jesteś moim pierwszym uczniem od ponad roku.
- Chcesz powiedzieć, że miałeś przede mną innych uczniów?
- Oczywiście. Myślisz, że ty jeden zasłużyłeś na to, by być moim uczniem?
- No nie. A w ogóle to ilu uczniów miałeś?
- Razem z tobą?
- Tak
- Niech no policzę.

Mistrz zaczął liczyć na placach rąk. Trwało to dłuższą chwilę. Widać było, że matematyka nie była jego mocną stroną. W końcu Mistrz odezwał się.

- Ty jesteś moim 8 uczniem.
- A jacy byli ci poprzedni uczniowie?
- Szczerze? Byli mniej więcej na twoim poziomie.
- Potraktuję to jako komplement.
- Widzę, że jesteś niepoprawnym optymistą. Ale mniejsza o to. Czas na wyciągnięcie wniosku z pierwszej lekcji.
- Z jakiej lekcji?
- Jak to jakiej? Przed chwilą byłeś światkiem przemiany brzydkiego kaczątka w pięknego łabędzia.

Uczeń ledwo powstrzymał się od śmiechu.

- Powiedzmy.
- A więc jaki morał możemy wyciągnąć z tej lekcji?
- Że żebracy są zamożniejsi, niż na to wyglądają?

Mistrz kręcąc przecząco głową odparł.

- Za taką odpowiedź powinieneś dostać pałę do dzienniczka. Zapamiętaj sobie zasadę numer jeden. Otaczający nas świat jest iluzją. Powtórz.
- Otaczający nas świat jest iluzją.

- Dobrze, a teraz wytłumacz to.

Uczeń chwilę myśli (albo tylko udaje). W końcu odpowiada.

- To wolę już dostać pałę do dzienniczka.

- Miałem wśród swoich uczniów takich, co byli równie uparci i leniwi jak ty.

- I jak sobie z nimi poradziłeś?

- Nie poradziłem sobie. Skończyli dosyć podle - zostali politykami. Żaden normalny człowiek, w tym i ty, nie chciałby skończyć tak jak oni. Ale decyzja należy do ciebie. Albo weźmiesz się do pracy, albo - Mistrz wymownie zawiesił głos.

Uczeń zmarszczył brwi.

- Dobrze, postaram się.

- To już coś. Aczkolwiek aby wygrać nie wystarczy starać się. Czyli jeszcze raz, co to oznacza, że otacza nas iluzja?

Uczeń odpowiedział powoli, zastanawiając się.

- Że otaczające nas rzeczy nie są takie, jakie nam się wydają na pierwszy rzut oka.

- Dobrze i co dalej.

- Więc nie powinniśmy np. oceniać innych na podstawie ich wyglądu, który może się przecież zmienić.

Wyraźnie zadowolony ze swojej odpowiedzi uczeń spojrzał z tryumfem na Mistrza.

- Chyba zasłużyłem na szóstkę?

- Jeżeli chcesz szóstkę, to musisz odpowiedzieć na dodatkowe pytanie.

- Jakie?

- Dlaczego tak się dzieje, że otaczają nas iluzje?

- No dobrze, wystarczy mi piątka.

- Pomyśl trochę.

- Wydaje mi się, że rzecz tkwi w tym, że większość naszych poglądów ma charakter subiektywny.

- Możesz to rozwinąć?

- Jeszcze?

- Niech ci będzie. Powiedzieliś, że nasze poglądy są subiektywne. Tak naprawdę, to wszystko, co nas otacza, co obserwujemy, w co wierzymy, jest w jakimś stopniu zakażone brakiem obiektywizmu. Weźmy jako przykład nasze zmysły. Rozejrzyj się dookoła.

Uczeń wykonał polecenie Mistrza.

- Co widzisz?
- No otoczenie. Bramę, chodnik, ulicę, ciebie.
- Ale chyba zdajesz sobie sprawę z tego, że to co widzisz, wcale tak naprawdę nie wygląda?
- To znaczy?
- Twój zmysł wzroku ma ściśle określoną percepcję, tzn. potrafi rejestrować otoczenie tylko w pewien określony sposób. Np. nie potrafi widzieć podczerwieni. Ponieważ masz dwoje oczu, więc potrafisz widzieć otoczenie w sposób przestrzenny. Ale weźmy np. stworzenie z jednym okiem, które widzi tylko podczerwień. Ono będzie widzieć otaczający nas świat w zupełnie inny sposób. Tak więc to, co widzimy, jest pewną iluzją.
- A więc w takim razie jak świat wygląda naprawdę?

Mistrz chwilę się zastanowił zanim udzielił odpowiedzi.

- Myślę, że tylko Bóg jest w stanie ogarnąć wszystkie aspekty świata i spojrzeć na niego w pełni obiektywnie. Ale nie przejmuj się tym. Nie musisz wcale starać się za wszelką cenę postrzegać świata w sposób obiektywny. Musisz za to pamiętać, że sposób w jaki postrzegasz świat, to tylko jedna z wielu możliwości jego widzenia.
- Ok.
- To samo dotyczy zresztą naszych przekonań i opinii, szczególnie w odniesieniu do innych ludzi. Weźmy taki oto banalny przykład. Mąż i żona jedzą zupę. Mąż stwierdza, że zupa jest za słona. Z kolei żona twierdzi, że zupa jest w sam raz. I dochodzi do kłótni. Każde z nich broni swojego stanowiska, uważając, że druga strona mając inne zdanie na ten temat, próbuje ich obrazić, czy też wykazać swoją wyższość.
- Jak można temu zaradzić?
- Bardzo prosto. Mąż i żona muszą zrozumieć, że każde z nich ma rację, ale ze swojego, subiektywnego punktu widzenia. Dla męża ta zupa faktycznie mogła być za słona. Z kolei żonie mogła smakować doskonale. Kwesta smaku. I jeżeli mąż powiedziałby, że dla niego ta zupa jest za słona, a żona, że dla niej jest w sam raz, to w tym momencie każde z nich sygnalizuje, że mają odmienne gusta, a nie, że każde mówi jakąś obiektywną prawdę.

Radzę ci stosować tą technikę na co dzień. Gdy wymieniasz się z kimś poglądami czy opiniami, to podkreślaj, że to jest twój punkt widzenia i że ta druga strona ma prawo do własnego zdania. No podaj jakiś przykład.

- Czy ja wiem? No na przykład zamiast powiedzieć, że telewizor gra za głośno i należy go przyciszyć, mogę powiedzieć, że mam wrażliwy słuch i dla mnie gra on za głośno, więc prosiłbym o jego ściszenie.
- No widzisz. Nie jest to wcale takie trudne.
- To mam w takim razie pytanie. Skoro nie jest to takie trudne, to dlaczego ludziom tak trudno zaakceptować to, że inni też mogą mieć rację ze swojego punktu widzenia?
- To wynika m.in. z przyjętego przez nasze społeczeństwo sposobu nauczania. Już od najmłodszych lat przekazuje się dzieciom informacje, które jak sądzimy, są prawdziwe i obiektywne. Nie pozwalamy dzieciom samym wyrabiać sobie opinii na dany temat, ale zmuszamy je do przyjęcia naszych poglądów. W dorosłym życiu to samo. Sporą rolę odgrywają tu też media.
- W jakim sensie?
- Choćby nie wiem jak dziennikarze starali się być obiektywni, to nigdy nie uda im się przekazać pełnej prawdy o świecie. Dlatego należy z pewną ostrożnością podchodzić do docierających do nas przez media informacji.
- A czy mam do wyboru jakieś inne źródła informacji?
- Masz siebie. Możesz sam starać się dotrzeć do informacji źródłowych.
- No tak, ale to przecież zajmowałoby bardzo dużo czasu.
- Dlatego tego typu działania możesz podejmować w najważniejszych dla siebie sprawach.
- To znaczy jakich?
- To zależy od ciebie. Sam przecież ustalasz, co jest dla ciebie ważne.

Mistrz postanawia zmienić temat.

- Zaczyna mi burczeć w brzuchu. Najwyższy czas na małe co nieco.
- Dobry pomysł.
- Ale ty stawiasz.
- Chyba żartujesz. Mam tylko parę złotych.
- Mistrz spojrzał poważnie na ucznia.
- To i tak o parę złotych więcej niż mam ja.
- No tak - odpowiedział lekko speszony uczeń.
- Znam tu w pobliżu sympatyczną kawiarnię.

Rozdział 4

Mistrz i uczeń weszli do kawiarni. Nasi wędrowcy rozejrzeli się po jej wnętrzu. W kawiarni było sporo osób, ale dwa stoliki stały wolne.

- Ja zajmę stolik, a ty kup mi herbatę i kawałek sernika - wypowiedziawszy te słowa Mistrz podszedł do najbliższego wolnego stolika i usiadł na jednym z krzeseł. Uczeń powoli, jak żółw ociężale, podszedł do lady i spojrzał na cennik. Podeszła do niego sprzedawczyni.

- Co podać?

- Poproszę dwie herbaty, kawałek sernika i dwie drożdżówki.

Sprzedawczyni przygotowała zamówione produkty i ustawiła je na ladzie.

- To razem będzie razem 11 złotych.

Uczeń wyjął powoli portfel i z ociąganiem otworzył go. Wyciągnął z niego banknot 10-cio złotowy oraz jedną złotówkę i z nieszczęśliwą miną podał je sprzedawczyni.

- Proszę.

Ta udając, że nie widzi jego skwaszonej miny, z uśmiechem odpowiedziała.

- Dziękuję i życzę smacznego.

Uczeń wziął herbaty do rąk i zaniósł do stolika, przy którym siedział Mistrz i postawił herbaty na stole.

- A gdzie mój sernik?

Uczeń wymamrotał pod nosem.

- Zaraz przyniosę.

Następnie uczeń wrócił do lady i zabrał z niej talerzyki z sernikiem i drożdżówkami. Wrócił do stolika, położył je na nim i usiadł na krześle.

- Dziękuję. Coś taki ponury? - w głosie Mistrza słychać było nutkę zaniepokojenia.

- Właśnie wydałem ostatnie pieniądze, jakie miałem.

- Czy to takie straszne?

- A niby za co kupię coś na kolację?

- Za bardzo skupiasz się na przyszłości, a za mało na teraźniejszości.

- A co mi da skupianie się na teraźniejszości? Teraźniejszością się nie nakarmię!

Na te słowa Mistrz zrobił jedną ze swoich najmądrzejszych min.

- I tu mylisz się. Przecież istnieje tylko teraźniejszość. Przeszłość już była, a przyszłość dopiero nastąpi. Istnieje tylko chwila obecna. I to tylko działając w niej możemy mieć wpływ na naszą przyszłość.

Uczeń najchętniej w ogóle nie podejmowałby tematu, ale nie chcąc być niegrzeczny, odpowiedział.

- I co z tego?

- To, że od tego co zrobimy teraz, zależeć będzie nasza przyszłość.

- Masz rację Mistrzu. Wydałem teraz wszystkie moje pieniądze i nie będę miał ich później.

- No właśnie. To jest typowy przykład działania zasady przyczyny i skutku. Aby coś mogło nastąpić, np. brak pieniędzy, musi najpierw wystąpić coś, co do tego doprowadzi. A więc teraz zastanów się, dlaczego straciłeś pracę.

- Firma, w której pracowałem zbankrutowała. Nie była w stanie wytrzymać rosnącej konkurencji.

- No dobrze. Ale przecież mogłeś zacząć szukać nowej pracy.

- To wcale nie jest takie proste. Mam dosyć nieduże doświadczenie zawodowe, a ponadto mieszkam - mieszkałem w Warszawie dopiero od paru miesięcy, więc nie mam zbyt wielu znajomości. A to przecież przez nie najłatwiej znaleźć pracę.

- Zgadza się. Ale próbowałeś chyba wysłać swoje podania do firm?

- Jasne. Ale niestety bez rezultatu.

- Może źle jej pisałeś?

- Naprawdę nie wiem - uczeń był coraz bardziej przygnębiony*.

- Wiem tylko - uczeń kontynuował - że pracy nie udało mi się znaleźć, skończyły mi się pieniądze i wylądowałem na bruku bez środków do życia.

- Dobrze. Czas na przedstawienie Ci kolejnej ważnej prawdy, która być może poprawi ci samopoczucie. Nasze myśli decydują o naszym losie i to w najdrobniejszych szczegółach.

- Chyba żartujesz.

- Wyglądam na żartownisia?

Uczeń już chciał przytaknąć, ale w ostatniej chwili ugryzł się w język (to musiało boleć). Mistrz kontynuował.

- Nigdy nie marzyłeś o tym, aby wszystko, co sobie pomyślisz, od razu spełniało się?

- Jasne, jako dziecko. Ale już z tego wyrosłem.

* autor tej książki jest też autorem bezpłatnego kursu internetowego o tym jak pisać skuteczne CV i listy motywacyjne. Na kurs można zapisać się na stronie www.smiech.org/praca.html

- Wielka szkoda.
- Ok. Może trochę więcej szczegółów?
- Lubię dociekliwych ludzi. Na tę kwestię można spojrzeć z dwóch punktów widzenia
- fizycznego i duchowego. Od którego mam zacząć?
- Zacznijmy od fizycznego.
- Czy słyszałeś o czymś takim jak podświadomość?
- Obiło mi się coś o uszy.
- To dlatego masz takie odstające uszy - Mistrz wybuchnął śmiechem.

Uczeń spojrzał na niego złowrogo. Mistrz udając, że tego nie widzi, kontynuował.

- Nasz umysł składa się z dwóch podstawowych części - świadomości i podświadomości. Świadomością jest ta część umysłu, którą myślimy, z której istnienia w każdej chwili zdajemy sobie sprawę. Tak więc to co myślisz, co robisz w sposób świadomy, np. myjesz ręce, to jest właśnie umysł świadomy. Z kolei umysł podświadomy steruje tym wszystkim, czego nie obejmuje umysł świadomy. A więc np. pracą naszego organizmu. To on kontroluje pracę naszego serca, układu krążenia, systemu nerwowego. Aczkolwiek są pewne elementy, którymi może sterować zarówno umysł świadomy jak i nieświadomy. Podaj jakiś przykład.
- Nie wiem.
- Wstrzymaj na chwilę oddech.

Uczeń wykonał polecenie Mistrza.

- No i...
- No i co?
- Czy znasz już odpowiedź?
- Chodzi ci o układ oddechowy.
- Bo....
- Bo mogę nim sterować świadomie poprzez wstrzymanie oddechu, ale normalnie nim nie zajmuję się i steruje nim podświadomość.
- Dokładnie. Ale podświadomość oprócz tego, że potrafi doskonale zarządzać czymś tak skomplikowanym, jak nasze ciało, pełni jeszcze kilka dodatkowych funkcji. Przede wszystkim zapamiętuje wszystko, co dociera poprzez zmysły do naszego umysłu. Chyba zdajesz sobie sprawę, że nasz umysł świadomy zapamiętuje tylko niewielką ilość informacji? To właśnie w podświadomości siedzi cała reszta. I co jeszcze ważniejsze, mimo, że nasz świadomy umysł nie wie o istnieniu tamtych informacji, to informacje te oddziałują na naszą egzystencję.

- W jaki sposób?
- Weźmy taki oto przykład. Masz wystąpić publicznie. Już na wiele dni przed tym występem zaczynasz martwić się, że coś ci nie wyjdzie. Twoje myśli stopniowo przenikają do podświadomości. Podświadomość nie ocenia twoich myśli, tylko stara się je wykonać. Tak więc po jakimś czasie w twojej podświadomości tworzy się program, który ma zrealizować myśli o niepowodzeniu podczas występu. W rezultacie gdy przyjdzie pora występu, podświadomość będzie próbowała wykonać ten program. Może to się objawiać dużą treścią, kłopotami z zapamiętaniem treści przemówienia, itd. Tak więc nasze myśli mogą stać się z czasem samo spełniającą się przepowiednią, realizowaną przez podświadomość
- Czy można temu zapobiegać?
- Oczywiście myśląc pozytywnie. Ponadto można zastosować afirmacje. Są to pozytywne sformułowania, np. „Jestem osobą pewną siebie”, koniecznie wypowiedziane w czasie teraźniejszym.
- Dlaczego?
- Bo podświadomość będzie starała się je realizować teraz. Jeżeli będziemy mówić je w czasie przyszłym, to podświadomość będzie je odkładać na przyszłość i nigdy nie zostaną zrealizowane.
- No dobrze, a jak często należy powtarzać takie afirmacje?
- Są osoby, które powtarzają tą samą afirmację kilkaset razy dziennie.
- To musi być dosyć nudne.
- To zależy. Istnieją różne metody stosowania afirmacji. Ale jeżeli one komuś nie odpowiadają, to może też wykorzystać wizualizację.
- To znaczy?
- Wizualizacja polega na wyobrażaniu sobie jakiejś pozytywnej sytuacji. A więc np. wyobrażamy sobie przebieg naszego wystąpienia publicznego. Wyobrażamy sobie, że wszystko idzie doskonale.
- To mi się bardziej podoba.
- Kwestia gustu.
- A jak w takim razie wygląda podejście duchowe?
- Zgodnie z tym podejściem, cokolwiek sobie pomyślimy, to się musi spełnić, gdyż tak funkcjonuje wola Boża.
- Ale skoro tak jest, to dlaczego jak sobie pomyślę, że chcę aby pojawił się przede mną np. czerwony kabriolet, to się nie pojawia?

- To jest kwestia odpowiednio dużej wiary. Dobrze to jest opisane w Biblii. Niestety niewielu ludzi ma jej wystarczająco dużo.
 - To podejście duchowe jest chyba zbyt trudne dla mnie.
 - Skoro tak twierdzisz. Możesz wszakże zacząć od zastosowania pewnej zasady.
 - Jakiej?
 - Takiej, że to o czym myślimy, to przyciągamy. Podobno nasz wszechświat jest tak zbudowany, że nasze myśli są w stanie oddziaływać wzajemnie z myślami innych ludzi. W rezultacie wydarzenia, które mają miejsce w naszym życiu, np. kogo w nim spotykamy, są wypadkową naszych myśli.
 - Czyli wynika z tego, że jeżeli będę myślał ciągle negatywnie, to będą mnie spotykać negatywne rzeczy?
 - Zgadza się.
 - Ale trudno jest ciągle myśleć pozytywnie. Szczególnie gdy zewsząd dociera do nas tak wiele negatywnych informacji.
 - Jeżeli przytłaczają cię negatywne wiadomości, to po prostu przestań je przyjmować.
 - No ale przecież muszę jakoś zdobywać pewne informacje o otaczającym mnie świecie.
 - Masz rację. Do tego celu najlepiej wybierać te media, które pozwalają ci na samodzielny wybór tego, czego chcesz dowiedzieć się. Takie możliwości daje prasa i Internet. W ich przypadku sam decydujesz jaką wiadomość przeczytasz. Oczywiście jest też wyższa szkoła jazdy, polegająca na tym, że potrafimy tak kontrolować nasze myśli, że negatywne wiadomości nie robią na nas żadnego wrażenia.
 - To chyba na razie nie dla mnie.
 - Ponieważ nasze myśli oddziałują na nasze życie, to wiesz jaki można z tego wysunąć jeszcze wniosek?
 - Nie za bardzo.
 - Taki, że w naszym życiu nie ma przypadków. W rzeczywistości wszystko co się w nas i wokół nas dzieje, ma swoją przyczynę.
- Uczeń zamyślił się na chwilę. Widać, że jego komórki mózgowie intensywnie pracują. Po chwili jednak ich praca dobiegła najwidoczniej końca, gdyż uczeń odezwał się.
- Ale jeżeli nic w naszym życiu nie jest przypadkiem, to oznacza to, że przypadkiem nie jest też to, jakich ludzi spotykamy podczas życia.

Mistrz z trudem ukrył satysfakcję, jaką dała mu odpowiedź ucznia.

- Właśnie o tym mówię. I dotyczy to nie tylko ludzi, z którymi rozmawiamy czy tworzymy jakieś związki, ale każdego człowieka, którego spotykamy na ulicy czy w kawiarni.

Uczeń odruchowo zaczął rozglądać się po kawiarni.

- To znaczy, że ...

Mistrz wszedł mu w słowo.

- To znaczy, że każda z osób siedzących w tej kawiarni może mieć jakiś związek z tobą.

Uczeń z pewnym niedowierzaniem zerknął na osoby siedzące przy najbliższym stoliku.

- Czyli co? Mam zaprzyjaźnić się z każdą osobą, która tu siedzi?

- To byłoby trochę trudne. Musisz nauczyć się wyszukiwać w tłumie otaczających cię ludzi tych, którzy mogą mieć wpływ na twoje życie.

- Ale jak mam to zrobić?

- Zaufaj intuicji.

Uczeń powtórzył.

- Zaufaj intuicji.

- Spróbuj się przez chwilę poprzyglądać osobom w kawiarni.

Uczeń zgodnie z sugestią Mistrza zaczął przyglądać się. Trwało to dłuższą chwilę. W końcu zwrócił się do Mistrza.

- Nie wiem. Albo jestem zbyt tępy, albo twoja teoria jest błędna.

- Proponuję to pierwsze. A tak na poważnie. Aby udało się zrobić to, o co cię prosiłem, potrzebna jest naprawdę duża praktyka. Powiedziałbym nawet zdolności jasnowidzenia.

- Cóż. Ja takowych nie posiadam.

- Mylisz się. Każdy człowiek posiada ją w jakimś stopniu. Może ona przyjmować różną postać. Chociażby intuicji. Nigdy nie zdarzyło ci się, że miałeś jakieś przeczucie, które się sprawdziło?

- Z raz czy dwa.

- No właśnie. Jeżeli zaczniesz bardziej polegać na swojej intuicji, to zobaczysz, że po jakimś czasie ona rozwinie się.

- A w takim razie czy ty Mistrzu posiadasz rozwiniętą taką umiejętność?

Mistrz z przymrużeniem oka odpowiedział.

- Jak się domyśliłeś? Jesteś jasnowidzem czy co?

Uczeń ironicznie odpowiedział.

- Umieram ze śmiechu.

- To może wezwać karetkę?

- Obejdzie się bez. Skoro masz takie zdolności, to może pokażesz mi, na jakie osoby w kawiarni powinienem zwrócić uwagę?

- Jak najbardziej. Spójrz ostrożnie w stronę drzwi wyjściowych. Widzisz tę dziewczynę przygotowującą się do wyjścia?

Uczeń zerknął we wskazanym przez Mistrza kierunku.

- Widzę.

- Wyobraź sobie, że ona kiedyś skradnie twoje serce.

Uczeń momentalnie odwrócił głowę w stronę Mistrza.

- Żartujesz sobie ze mnie?

Na twarzy Mistrza pojawiło się niemal autentyczne zdziwienie.

- Co, nie podoba ci się?

Uczeń ponownie spojrzał na dziewczynę.

- Podoba. Ale czy jesteś tego pewny?

- Niczego nie można być pewnym na 100 procent.

W tym momencie przyszła, potencjalna ukochana ucznia, nieświadoma toczącej się konwersacji, podeszła do drzwi wyjściowych z kawiarni i otworzyła je. Uczeń widząc to rzekł.

- To chyba powinienem ją zagadnąć zanim ucieknie.

Mistrz chwycił go jednak za ramię.

- Spokojnie. Będziesz jeszcze miał okazję poznać ją bliżej.

- Kiedy?

- W noc poślubną.

Mistrz nie mógł powstrzymać się i wybuchnął gromkim śmiechem. Gdy (po dłuższej chwili) chichoty Mistrza ucichły, uczeń zwrócił się do niego.

- No dobrze. Ale w jaki sposób mogę rozwijać swoją intuicję?

- Np. gdy stoisz na przystanku i podjeżdża autobus, możesz próbować odgadnąć, gdzie dokładnie zatrzymają się jego drzwi. To może być całkiem zabawne.

- Już wiem. Mam lepszy pomysł. Będę próbował odgadnąć liczby w TotoLotka*.

* podajemy wyniki najbliższego losowania Dużego Lotka: 8,17,22,28, 34

- Jak chcesz. Aczkolwiek radzę ci, abyś robił to bez obstawiania gry.
- Dlaczego?
- Jeżeli będziesz nastawiał się na wygraną, to będziesz w rzeczywistości tłamsił swoją intuicję. Najlepiej sprawdza się ona wtedy, gdy jest niczym nieskrępowana, czyli np. twoimi oczekiwaniami i pragnieniami.
- Niech tak będzie - nieco zrezygnowany odpowiedział uczeń.
- Proponuję też, abyś za każdym razem, gdy spotkasz w swoim życiu jakąś nową osobę, zastanowił się, dlaczego ta osoba wkroczyła w twoje życie. Może ma ci coś ważnego do przekazania, może cię czegoś nauczyć, a może to ty możesz coś zrobić dla tej osoby. A może po prostu ta osoba pojawia się w twoim życiu tylko po to, aby cię wkurzyć. Tak też może się zdarzyć.
- Tylko po co?
- Jeżeli w naszym otoczeniu są osoby, które nas wkurzają, to możemy dzięki temu bardzo wiele nauczyć się.
- Niby czego?
- Na przykład jak sobie radzić z takimi osobami i jak nie dawać się wyprowadzać z równowagi. Przyznasz, że to całkiem przydatna umiejętność.
- Przydatna, ale trudna do opanowania.
- Wcale nie. Możesz skorzystać z różnych metod, które mogą ci w tym pomóc. Podać ci konkretny przykład?
- Jasne.
- Gdy cię ktoś wkurzy, wyobraź sobie, że ta osoba siedzi na kibelku. To od razu spowoduje, że taka osoba wyda ci się mniej straszna, niż ci się wydawało.
Uczeń coś sobie wyobraził w myślach i wybuchnął śmiechem.
- To faktycznie działa. Właśnie wyobraziłem sobie, że na takim kibelku siedzi (w to miejsce wpisz imię i nazwisko polityka, którego najbardziej nie lubisz) i od razu lżej mi się zrobiło na duszy.
- A widzisz?
- Widzę, tylko ten zapach.
Mistrz i uczeń wybuchnęli śmiechem. Po chwili uczeń odezwał się.
- Mam pytanie. Czy masz jakiś pomysł, gdzie będziemy dzisiaj nocować?
- Proponuję dworzec centralny. Co ty na to?
- Wolałbym nieco spokojniejsze miejsce. Wiesz, nie lubię gdy podczas snu ludzie po mnie chodzą.

- O patrzcie jaki wygodnicki. W takim razie prześpimy się u mojego znajomego.

Rozdział 5

Mistrz i uczeń weszli na kolejną ulicę. Wzdłuż niej ciągnęły się rzędy jednorodzinnych domów. Mistrz zwrócił się do ucznia.

- Jesteśmy prawie na miejscu.
- No w końcu. Już myślałem, że zgubiłeś drogę.
- Czy ja wyglądam na blondynkę?
- Nie wiem. Może farbujesz włosy?

W tym momencie Mistrz zatrzymał się przy furtce i nacisnął dzwonek domofonu. Po chwili z domofonu wydobył się męski głos.

- Słucham.

Mistrz odpowiedział.

- To ja.

Głos po drugiej stronie zapytał zniecierpliwiony.

- Jaki ja?

Mistrz ze spokojem odpowiedział.

- Twój najgorszy koszmar!

Odpowiedź głosu była pełna radości.

- Mistrzu, to naprawdę ty! Wchodź!

Mistrz otworzył furtkę i wszedł na teren ogrodu. Uczeń podążył za nim. Obydwaj podeszli do drzwi domu. Drzwi otworzył im mężczyzna około 40-tych. Spojrzał uradowany na Mistrza. Następnie dostrzegł ucznia i z udawaną złością zapytał się Mistrza.

- Czyżbyś miał nowego ucznia? A co ze mną?
- Wygląda na to, że sobie całkiem nieźle radzisz.

W tym momencie w drzwiach wyjściowych pojawiła się jakaś kobieta. Mistrz dostrzegł ją i dodał.

- Naprawdę dobrze sobie radzisz.

Mężczyzna odwrócił się do kobiety i powiedział.

- Pozwól, że was sobie przedstawię. To jest Mistrz, o którym ci opowiadałem, a to jest moja narzeczona Agnieszka.

Agnieszka podała rękę Mistrzowi ze słowami.

- Bardzo mi miło Pana poznać.
- Po co to Pan. Wystarczy ... Mistrzu.
Agnieszka uśmiechnęła się.
- Dobrze Mistrzu.
- A ja też chciałbym wam kogoś przedstawić. Uczniu pozwól tutaj.
Uczeń chcąc nie chcąc podszedł bliżej.
- To jest mój najnowszy uczeń.
Uczeń podał rękę mężczyźnie.
- Darek jestem.
Uczeń kiwnął potakująco głową i przywitał się z Agnieszką.
- Zapraszam was do środka - powiedział Darek i wszyscy weszli do domu.

Rozdział 6

Darek zaprowadził Mistrza i ucznia do pokoju gościnnego. Gdy Darek wyszedł, uczeń rozejrzał się po pokoju z niezbyt wesołą miną.

- Ten dom przypomina mi moje dzieciństwo. Brrr.

Uczeń otrząsnął się. Mistrz zapytał go się.

- Było aż tak źle?
- Lepiej nie pytaj.

Uczeń machnął z rezygnacją ręką. Mistrz udał, że nie zauważył tego gestu.

- No co ty. Nie pękaj tylko opowiadaj.
- A niby co mam opowiadać? Że nie układało mi się z rodzicielami?
- Czyli raczej nie przepadasz za nimi?
- Łagodnie mówiąc - uczeń skrzywił się.

Mistrz kiwnął smutno głową.

- Oj niedobrze.
- Da się z tym żyć.
- Jesteś pewien?
- Spoko.
- A nie sądzisz, że raźniej zrobiłoby ci się na duszy, gdybyś wybaczył swoim starym?
- Nie sądzę.
- A może jednak - Mistrz nie dawał za wygraną. - Możesz sobie z tego nie zdawać sprawy, ale te negatywne uczucia mogą mieć negatywny wpływ na ciebie, twoje

samopoczucia oraz relacje z innymi ludźmi. To zresztą nie wszystko. Dopóki nie przebaczysz swoim rodzicom, dopóty nie będziesz w stanie obiektywnie spojrzeć na ich błędy. A to oznacza, że jeżeli sam zostaniesz kiedyś rodzicem, to będziesz popełniał te same błędy co oni.

- To co w takim razie mam?

- Spróbuj im po prostu przebaczyć.

- Łatwo powiedzieć.

- Cóż. Osoby, które wierzą w reinkarnację, wierzą też w to, że sami decydują, gdzie i kiedy przychodzą na ten świat w kolejnych wcieleniach. Oznacza to, że sami wybierają sobie rodziców. Co więcej, dobierają ich sobie bardzo starannie, gdyż to od ich i tego, jaki wpływ będą mieli na nich w dzieciństwie i okresie dorostania, zależeć w dużej mierze będzie to, jak uda im się zrealizować cele, które postawili sobie przed wcieleniem.

- Niedokładnie rozumiem.

- To proste. Wybierasz takich rodziców, którzy są dla ciebie najlepsi.

- Jeśli to prawda, to ja musiałem się pomylić!

- Czy aby na pewno? Spróbuj się przez chwilę zastanowić, jaki wpływ mieli na ciebie twoi rodzice. I przede wszystkim, jaki wpływ mieli oni na to, gdzie obecnie znajdujesz się.

- O tu masz całkowitą rację. Jestem kompletnie spłukany, bez pracy i mieszkania. Faktycznie, to zasługa moich rodziców.

- Możesz na obecną sytuację spojrzeć oczywiście w taki sposób. Ale możesz też spojrzeć na nią z innej perspektywy.

- Niby jakiej?

- Dzięki twojej obecnej sytuacji spotkałeś mnie i masz szansę dowiedzieć się czegoś nowego o swoim życiu.

Uczeń znowu skrzywił się.

- Ale ja póki co jeszcze nie wierzę w reinkarnację. Więc jak chcesz mnie przekonać?

- Ale wierzysz w Boga?

- Tak.

- A wierzysz, że Bóg jest wszechmocny?

- Że może wszystko? Raczej tak.

Mistrz ciągnął swój wywód.

- A więc skoro Bóg może wszystko, to chyba może też podjąć decyzję, która dusza wcieli się w jakie ciało. No nie?

- Czy ja wiem?

- Naprawdę wierzysz, że Bóg nie miał wpływu na to, w której rodzinie urodziłeś się?

Uczeń milczał.

- A może uważasz, że Bóg popełnia błędy i że to przez pomyłkę skierował cię do takich rodziców?

- Chyba właśnie tak było.

- O nie mój miły. Jeżeli wierzysz we wszechmogącego Boga, to musisz zaakceptować to, że to on zdecydował, do jakiej rodziny trafiłeś. Wiem, że to nie jest łatwe, ale spróbuj zaakceptować swoich rodziców takich, jakimi są, z ich wadami, ale i zaletami.

- Zobaczę co da się zrobić.

- Dobrze. Pora spać.

W pokoju było jedno łóżko. Mistrz położył się na lewej jego części, a uczeń na prawej. Mistrz odwrócił się lekko do ucznia.

- Tylko mnie nie obmacuj w nocy.

- Nie ma obawy Staruszk.

Mistrz zgasił światło.

- Dobranoc.

- Dobranoc.

Zapadła cisza. Jednak po chwili cisza ta została brutalnie przzerwana przez Mistrza.

- Zapomniałem cię jeszcze o coś spytać.

Uczeń najchętniej by nie reagował na słowa Mistrza, ale nie chciał wyjść na gburę.

- Tak?

- Zastanów się i rano mi odpowiesz. Czy wszechmogący Bóg może stworzyć kamień, którego nie będzie w stanie podnieść?

Rozdział 7

Poniedziałek

W środku nocy Mistrza obudził dziwny dźwięk. W pierwszej chwili zaspany nie potrafił go zidentyfikować. Jednak po chwili zidentyfikował go i zaklął pod nosem. To było chrapanie ucznia. - Jak pech to pech - pomyślał Mistrz - że też musiałem sobie wybrać na ucznia prawdziwego chrapacza.

Przez chwilę Mistrz bił się z własnym sumieniem, ale po chwili doszedł do wniosku, że sumienie nie ma tu nic do rzeczy i z całej siły walnął ucznia łokciem w bok. Zrobiwszy to szybko odwrócił się na drugi bok.

Zbudzony uczeń wymamrotał pod nosem jakieś przekleństwo. Przez chwilę leżał nieruchomo w łóżku. Przez głowę przebiegały mu różne myśli. W końcu odwrócił się i spojrzał na Mistrza. - Ten to ma dobrze – pomyślał. - Śpi jak zabity. Ale to w końcu nie jemu zawalił się świat.

Po chwili ucznia naszała jednak refleksja, że to dobrze, że trafił na swojej niewesołej drodze na Mistrza. Podniesiony na duchu tą myślą uczeń ponownie zasnął.

Mistrz przez pewien czas uważnie nasłuchiwał, czy z drugiej strony łóżka nie zacznie znowu dobiegać chrapanie. Ponieważ nic takiego nie nastąpiło, więc uspokojony Mistrz również zasnął.

Rozdział 8

Punktualnie o godzinie 8 włączył się budzik. Mistrz pierwszy otworzył oczy. Chwilę potem zrobił to uczeń. Mistrz odezwał się do niego.

- I jak ci się spało uczniu?
- Całkiem nieźle. Tylko strasznie mnie boli prawy bok, nie wiem czemu.
- Pewnie naciągnął się podczas snu.

Uczeń nie był w pełni przekonany do tego wyjaśnienia, ale ponieważ nie miał innego pomysłu, więc przytaknął Mistrzowi.

- Pewnie masz rację.
- I co. Wiesz już, czy Bóg może stworzyć kamień, którego nie będzie w stanie podnieść?

- Nie mam zielonego pojęcia.
- Czy wiesz co to jest dychotomia?
- Nie.
- To sytuacja, gdy mamy do czynienia z wykluczającymi się zdarzeniami. Tak dokładnie jest w zagadce, która ci zadałem. Z punktu widzenia logiki tej zagadki nie da się rozwiązać. Ale to nie oznacza, że opisana w niej sytuacja jest niemożliwe. Rzeczy, które z naszej, ludzkiej perspektywy wykluczają się, mogą się jednak wydarzyć przy pomocy sił wyższych. Dlatego staraj się mniej polegać na logice, a więcej na intuicji.
- Dlaczego?
- Bo intuicja jest jednym z języków, którymi posługuje się dusza.
- Co to oznacza?
- To, że poprzez intuicję twoja dusza, jak zresztą inne dusze, np. twoi duchowi opiekunowie mogą komunikować się z twoim świadomym umysłem.
- A więc mam polegać na intuicji?
- Tak, aczkolwiek bez przesady. Jeżeli intuicja podpowie ci, abyś skoczył z 20 piętra, to ...
- To skoczę z parteru.
- Właśnie.
W tym momencie do pokoju wszedł Darek.
- Widzę, że już wstaliście. W takim razie zapraszam was na śniadanie.

Rozdział 9

Nasi bohaterzy usiedli w kuchni przy stole razem z Darkiem. Agnieszka położyła na stole jeszcze gorące grzanki ze słowami.

- Smacznego.
- Bardzo dziękujemy - odpowiedział jej Mistrz. - Już dawno nie jadłem śniadania w tak miłym towarzystwie.

Na to odezwał się Darek.

- Jak zwykle doskonale wiesz Mistrzu jak się podlizać.
- Tylko nie mów, że ci to nie sprawia przyjemności.
- Oczywiście że sprawia. No dobrze. To chętnie się dowiem, co was sprowadza w nasze skromne progi.

- Dlaczego od razu zakładasz, że mamy do ciebie jakiś interes? Może po prostu chciałem odwiedzić starego ucznia?

- A ja może jestem królewiczem? - z udawaną ironią odpowiada Darek.

- Dla mnie jesteś królewiczem - w tym momencie wtrąciła się Agnieszka.

Mistrz wybuchnął śmiechem.

- No dobrze. Faktycznie nie przyszliśmy tu tylko na pogawędkę. Prawda uczniu?

Uczeń, który z apetytem zajadał właśnie grzanki, nie za bardzo wiedział, co odpowiedzieć. Więc tylko przytakując kiwnął głową, licząc, że Mistrz przejmie dalszą inicjatywę. Mistrz zwrócił się do Darka.

- Mój uczeń ma kłopoty z pracą.

- Jakie kłopoty?

- Nie ma pracy.

- To faktycznie jest problem. A jakiej pracy szukasz? - Darek zwrócił się do ucznia.

- Na chwilę obecną każdą.

- Iście dyplomatyczna odpowiedź. Czy ja wiem? W tej chwili nie przychodzi mi do głowy żadna możliwość. A tobie Aga?

Agnieszka zamyśliła się.

- Też nie.

- Umówmy się, że popytamy się naszych znajomych - zaproponował Darek.

- Świetnie - odparł Mistrz i zwrócił się do ucznia. - Kończ wać pan strawę, czas ruszyć na łono przyrody.

Rozdział 10

Mistrz i uczeń oglądali zdjęcia zwierząt umieszczone na ogrodzeniu Parku Łazienkowskiego. Gdy doszli do ostatniego zdjęcia, uczeń odezwał się.

- To nawet fajny pomysł z umieszczaniem zdjęć w publicznych miejscach, gdzie nie trzeba płacić za wstęp.

- Mi to mówisz?

- No tak. Ty pewnie jesteś ekspertem od wszystkiego, co można mieć za darmo.

- Powiedzmy, że dobrze zarządzam swoimi finansami.

- Spytam z ciekawości. Po co tutaj przyszliśmy?

- Przyda ci się trochę odetchnąć od trudów dnia codziennego. A nic tak w tym nie pomaga jak obcowanie z naturą.

- Miejmy nadzieję. Szczerze mówiąc, to odkąd mieszkam w Warszawie, to jeszcze ani razu nie byłem w Łazienkach.

- To masz czego żałować, bo jest to jedno z ładniejszych miejsc w stolicy.

Przez następne dwie godziny Mistrz i uczeń spacerowali po parku prowadząc rozmowy na różne błahe tematy. Uczeń stopniowo zaczął odzyskiwać pogodę ducha. Po dwóch godzinach doszli do teatru na wodzie. Odbывała się na nim jakaś impreza. Konferansjer właśnie zapowiadał następny punkt programu.

- Drodzy państwo, przed przerwą proponujemy państwu mały wykład na niecodzienny temat, jakim jest terapia śmiechem. Przed państwem ekspert w tej dziedzinie pan Aleksander Łamek.

Mistrz i uczeń usiedli na widowni. Po zapowiedzi konferansjera na scenę wszedł szczupły mężczyzna około 30-tych. Podszedł do mikrofonu i odezwał się.

- Witam wszystkich państwa bardzo serdecznie i cieszę się, że mogę wam opowiedzieć co nieco na temat terapii śmiechem. Zapewne każde z was zna powiedzenie, że śmiech to zdrowie. Jak sądzicie ile procent prawdy kryje się w nim?

Zadawszy pytanie prowadzący spojrzał na widownię oczekując odpowiedzi. Po chwili jakaś osoba z tyłu zawołała.

- 80 procent.

- Bardzo dobrze - odpowiedział prowadzący. - Kto da więcej?

Pani z pierwszego rzędu podniosła do góry rękę i powiedziała stanowczym głosem.

- 100 procent.

- Pani daje 100 procent. Kto da więcej?

Na sali dało się słyszeć śmiechy.

- 1000 procent - odezwał się entuzjastyczny głos z tyłu. Część osób odwróciła głowy do tyłu, aby zobaczyć kto to powiedział. Jak być może już się domyślasz drogi czytelniku, tym kimś był nasz Mistrz.

- Pan z tyłu mówi 1000 procent. Czy ktoś da więcej? 1000 procent po raz pierwszy, 1000 procent po raz drugi....

- Milion procent - zabrzmiał po raz drugi głos Pani z pierwszego rzędu.

Prowadzący coraz bardziej zadowolony z obrotu sprawy kontynuował.

- Milion po raz pierwszy, milion po raz drugi, milion po raz...

- Bilion i jeden grosz - w ostatniej chwili ofertę przebił Mistrz.

- Mamy bilion i jeden grosz po raz pierwszy, po raz drugi - w tym momencie prowadzący na chwilę zawiesił głos i spojrzał na licytującą panią z pierwszego rzędu,

ale ta bezradnie rozłożyła ręce. Prowadzący dokończył - Po raz trzeci. Brawa dla tego Pana. Będę Pana prosił po naszym spotkaniu o uregulowanie całej należności.

Widownia ponownie zareagowała śmiechem.

- Jak Państwo widzicie w powiedzeniu tym kryje się bardzo dużo prawdy. A wynika to z tego, że śmiech oddziałuje pozytywnie na wiele organów naszego ciała, usprawniając ich funkcjonowanie. Czy ktoś z Państwa domyśla się może o jakie organy chodzi?

Mistrz podniósł rękę do góry.

- Tak, zwycięzca naszej licytacji chce się wypowiedzieć. Słucham pana.

Mistrz wstał aby było go lepiej widzieć.

- Ja chciałem nie tyle odpowiedzieć na pytanie, co zadać własne. Czy mianowicie śmiech może pomóc na impotencję?

Na widowni znowu słychać było śmiechy. Prowadzący przyjmując najpoważniejszą minę, jaką był w stanie zrobić, powiedział.

- Proszę się nie śmiać. Dla tego pana jest to najwidoczniej dramatycznie ważna sprawa.

Słowa prowadzącego wywołały jeszcze większy śmiech na sali.

- Niestety muszę pana zmartwić. Nic mi nie wiadomo, aby śmiech mógł pomóc w tym przypadku. Na pewno jednak, jeśli zwróci się pan z tym problemem do specjalistów, to będą oni w stanie panu pomóc.

Na te słowa Mistrz ze stoickim spokojem odpowiedział.

- Ci tak zwani specjaliści są beznadziejni. Mój syn był u najlepszych z nich - mówiąc te słowa Mistrz położył lewą dłoń na ramieniu siedzącego ucznia - i żaden z nich nie był mu w stanie pomóc. Dlatego liczyliśmy, że być może Pan nam pomoże. No ale widzę, że się przeliczyliśmy. Trudno. Pewnie już nie doczekam się wnucząt - mówiąc to Mistrz z pełną pretensji miną spojrzał się na ucznia. Ten już od dłuższej chwili siedział cały czerwony. Uczeń najchętniej teraz zapadłby się pod ziemię. - Ale go ten porąbany Mistrz zrobił! Uczeń szybko w pamięci zaczął sobie przypominać wszelkie znane mu sposoby, na jakie można uśmiercić człowieka. To mu trochę poprawiło nastrój.

Gdy Mistrz skończył prowadzący odezwał się.

- Przykro mi bardzo, że panów zawiodłem. Na pocieszenie dodam, że śmiech może nam pomóc w przypadku takich schorzeń jak choroby układu krążenia, zbyt płytkie

oddychanie, czy nawet może wzmocnić nasz system immunologiczny. Może też łagodzić różnego rodzaju dolegliwości bólowe.

A jako ciekawostkę dodam, że śmiech może również łagodzić chrapanie. Nie chodzi tu jednak o sytuację, że gdy ktoś koło nas zacznie chrapać, to że go mamy zacząć łaskotać, chociaż wtedy taka osoba obudzi się i faktycznie przestanie chrapać. Chodzi o to, że u niektórych osób często śmiejących się, śmiech powoduje zmiany w narządzie głosu, które łagodzą tę dolegliwość.

Jednak śmiech wpływa pozytywnie nie tylko na nasze ciało. Pozwala nam również bardziej cieszyć się życiem. Bo np. śmiech i humor mogą nam pomóc w karierze zawodowej. Powszechnie uważa się, że śmiech jest banalny, a przede wszystkim nieproduktywny. Jednak badania przeprowadzone m.in. w Stanach Zjednoczonych pokazują, że jest to błędne założenie. Pracownicy amerykańskich firm, które wprowadziły humor do pracy, rzadziej chorują, mają większą satysfakcję z pracy i po prostu lepiej pracują.

Według badań 97 proc. kierowników firm w USA zgadza się ze stwierdzeniem, że humor jest cenny w biznesie. A 60 procent wierzy, że poczucie humoru może być decydującym czynnikiem determinującym jaki sukces dana osoba osiąga w pracy.

Śmiech ma również niebagatelny wpływ na nasze relacje z innymi ludźmi.

Nie jest tajemnicą, że lubimy towarzystwo uśmiechniętych, pogodnych, z dużym poczuciem humoru ludzi. Lepiej się w ich towarzystwie czujemy, ich śmiech jest dla nas zaraźliwy. Dlatego osoby o dużym poczuciu humoru lepiej sobie radzą, gdyż łatwiej jest im nawiązywać kontakty z innymi ludźmi i są bardziej lubiane.

Dodam, że śmiech może też być wykorzystywany podczas takich nietypowych sytuacji jak... poród. Okazuje się, że śmiech podczas porodu pomaga pacjentkom podwójnie, bo z jednej strony redukuje bóle porodowe, a z drugiej strony mocna praca przepony powoduje, że dziecku łatwiej jest wydostać się na ten świat.

Na te słowa z jednego z tylnych rzędów wstała kobieta ok. 50-tki.

- Czy mogę coś powiedzieć w tej sprawie?

- Oczywiście - przytaknął prowadzący.

- Tak się składa, że jestem matką trójki dzieci, więc wiem co nieco o porodach. I chciałam stanowczo zauważyć, że na pomysł wykorzystania śmiechu podczas porodu mógł wpaść tylko mężczyzna.

Na widowni dało się słyszeć śmiechy, a lekko speszony prowadzący odpowiedział.

- To nie ja to wymyśliłem. Znane są po prostu przypadki kobiet, które podczas porodu zaczęły się śmiać, bo coś je rozbawiło i to im pomogło w porodzie. Ja tylko przekazuję dobre nowiny.

Chciałbym jeszcze powiedzieć dwa słowa na temat pokrewny do terapii śmiechem, a mianowicie o pozytywnym myśleniu. Czy faktycznie ma ono sens? Kiedyś rozmawiałem ze znajomą na temat znanego przykładu szklanki. Dla optymisty szklanka ta jest do połowy pełna, a dla pesymisty jest ona do połowy pusta. I moja znajoma zareagowała bardzo gwałtownie na ten przykład zdaniem: Co to za znaczenie, czy twierdzi się, że szklanka jest do połowy pełna czy pusta, skoro jest to cały czas ta sama cholerna szklanka!!!

I rzeczywiście pod tym względem moja znajoma miała rację - zmiana sposobu myślenia z pesymistycznego na optymistyczny nie zmienia aktualnej rzeczywistości. Ale ma za to ogromny wpływ na naszą przyszłość. A wynika to stąd, że nasz sposób myślenia warunkuje nasze przyszłe działania. Obrazuje to anegdotka, którą chciałbym państwu przytoczyć.

„Dwie firmy obuwnicze wysłały do Afryki swoich przedstawicieli handlowych. Przedstawiciel pierwszej firmy po kilku dniach dzwoni do swojej firmy i mówi:

- Tragedia. Tutaj nikt nie chodzi w butach. Nie mam nic do roboty. Wracam do Polski.

Z kolei przedstawiciel drugiej firmy dzwoni do swojej firmy i mówi:

- Znalazłem się w raju. Tutaj jeszcze nikt nie chodzi w butach. Mamy do zagospodarowania ogromny rynek i zero konkurencji! Zaczynam działać!”

A oto przykład już z życia wzięty. Osoba bez pracy, która myśli, że nie jest w stanie znaleźć żadnej pracy, nie będzie podejmowała działań mogących jej pomóc znaleźć pracę. Z kolei osoba, która myśli pozytywnie będzie szukała pracy i nie podda się.

Każdy z nas w swoim życiu na pewno wielokrotnie miał do czynienia z sytuacjami, gdy sposób myślenia (pozytywny lub negatywny) warunkował nasze zachowanie. I zapewne nieraz okazywało się, że potem żalowaliśmy, że poprzez zbyt pesymistyczne myślenie czegoś nie zrobiliśmy.

I na koniec chcę jeszcze opowiedzieć państwu dowcip obrazujący potęgę pozytywnego myślenia.

„Na ulicy spotyka się dwóch znajomych:

- Cześć stary! Co u ciebie słychać? - pyta pierwszy.

- Oj nie dobrze - odpowiada drugi. - Cierpię na moczenie nocne i nie wiem, co z tym zrobić.

- Słuchaj, znam świetnego psychoterapeuta. On na pewno będzie Ci w stanie pomóc! Tu masz adres do niego.

- Dzięki.

Po miesiącu znowu spotykają się na ulicy.

- No i jak tam, byłeś u tego psychoterapeuty, którego ci poleciłem?

- Tak, byłem. Gościu jest naprawdę super!

- To znaczy co? Już się nie moczysz?

- A nie, nadal się moczę, ale teraz jestem z tego dumny!”

Widownia ryknęła gromkim śmiechem.

- Drodzy państwo. Niestety czas przewidziany na prezentację o terapii śmiechem dobiega końca. Mam nadzieję, że to krótkie wystąpienie zaciekało państwa. I jeśli ktoś z was będzie miał jakieś dodatkowe pytania na ten temat, to teraz podczas przerwy będę do dyspozycji. Dziękuję za uwagę.

Powiedziawszy te słowa, prowadzący zerknął na Mistrza i zaczął schodzić z podestu żegnany brawami. Widzowie zaczęli wstawać z miejsc. Mistrz również wstał i rzekł do ucznia.

- Chodźmy - powiedziawszy to Mistrz skierował się za wychodzącym z teatru Olkiem.

Mistrz i uczeń podeszli do Olka, który kończy rozmowę z jakąś dziewczyną.

- Widzę, że chętnych do śmiechu nie brakuje - rzekł Mistrz.

- Ujdzie. Widzę, że masz nowego ucznia - odparł Olek.

- To wy się znacie? - uczeń nie krył zdziwienia.

- Zaskoczony? Nie przejmuj się, ja też byłem zaskoczony, gdy ten pan kilka lat temu pojawił się w moim życiu. Co was sprowadza w moje skromne progi? - zapytał Olek.

- Mój uczeń ma pewien problem.

- Taaaaak - mówiąc to Olek spojrzał uważnie na ucznia.

Mistrz zaczął tłumaczyć.

- Wyobraź sobie, że on nie wierzy, że można przez całe życie myśleć pozytywnie i być uśmiechniętym.

- Nie wierzy? Jesteś ateistą? - Olek zwrócił się do ucznia.

- Nie jestem.

- To w czym tkwi problem?

- To przecież niemożliwe, aby uśmiechać się cały czas. Przecież mamy w życiu różne sytuacje, które nas dołują.
- Tak, a jakie sytuacje?
- No nie wiem. Np. śmierć bliskiej osoby.
- Albo jakaś poważna choroba, np. rak - domyślnie dodał Olek.
- Dokładnie tak.
- Tak się składa, że pracuję z osobami chorymi na raka. I wiesz co? Są wśród nich osoby, które mimo choroby nie tracą pogody ducha.
- No ale sam mówisz, że tylko część z nich jest pogodna.
- Tak, ale to właśnie te osoby udowadniają, że można nie tracić humoru, mimo tego, że choruje się na tak poważną chorobę.
- Raczej mnie nie przekonasz.
- To podam ci jeszcze jeden przykład. Podczas drugiej wojny światowej niektóre osoby przebywające w obozach jenieckich wykorzystywały poczucie humoru, aby podtrzymać się na duchu. I dzięki temu ci ludzie byli w stanie przeżyć. Co ty na to?
- To robi wrażenie. Pomyślę nad tym.
- Świetnie.
Olek zerknął na zegarek.
- Słuchajcie. Ja muszę już niestety lecieć. Mam nadzieję, że Mistrz da ci równie duży wycisk, jaki ja kiedyś od niego dostałem. Powodzenia.
Powiedziawszy to Olek odwrócił się na pięcie i skierował się do wyjścia z parku. Mistrz i uczeń odprowadzili go wzrokiem.
- Nadal nie jestem przekonany co do tego pozytywnego myślenia - przyznał uczeń.
- Faktycznie jesteś niedowiarkiem.
- Łatwo Ci mówić. Nie miałeś takiego doła jak ja, gdy straciłem pracę i dach nad głową.
- O wypraszam sobie. Myślisz, że Mistrzowie nigdy nie mają doła?
- Uczeń spojrzał z zaciekawieniem na Mistrza.
- A mają?
- Oczywiście, że tak. Czy ty kiedykolwiek zastanawiałeś się, dlaczego natura obdarzyła nas możliwością odczuwania negatywnych emocji?
- Nie wiem. Nigdy się nad tym nie myślałem.
- No właśnie. To może najwyższy czas o tym pomyśleć. Start!

- Słucham?
- Masz teraz 60 sekund, aby pomyśleć o tym.
- Ale to za mało czasu, nie jestem przygotowany.
- Ty gadasz, a twoje 60 sekund już leci. 53, 52, 51.

Uczeń zdał sobie sprawę, że nie przekrzyczy Mistrza więc zamilkł.

...

43, 42, 41

...

20, 19, 18, 17

...

3, 2, 1

- No i jak tam twoje szare komórki? Udało im się coś wymyślić?
- Nie - odparł uczeń. W jego głosie można było wyczuć lekki gniew. Było widać, że zadanie Mistrza nie przypadło mu do gustu.
- Kolejna stracona minuta życia - Mistrz ze smutkiem pokiwał głową. - Wielu ludzi marzy o tym, aby w ogóle nie przeżywać negatywnych emocji. Wtedy ich życie byłoby naprawdę piękne - tak sobie myślą. Jednak wcale tak być nie musi. Jednym z plusów negatywnych emocji, który jednak mało kto dostrzega, jest to, że gdyby nie one, to nie potrafilibyśmy doceniać emocji pozytywnych. To jest trochę tak jak np. z pysznym daniem, które jedliśmy tak często, że stało się ono dla nas czymś tak powszechnym, że cała radość z jego jedzenia nam zniknęła. Często jest tak, że nie doceniamy wielu rzeczy (np. zdrowia), aż do momentu, gdy je stracimy. Zgodzisz się ze mną?
- Chyba nie mam wyboru.

Mistrz nie zwracając uwagi na odzywkę ucznia kontynuował.

- Gdybyśmy przeżywali cały czas tylko pozytywne emocje, to po jakimś czasie stałyby się one dla nas czymś tak powszechnym, że przestałyby nas naprawdę cieszyć. Dzięki temu, że przeżywamy również emocje negatywne, to gdy potem wchodzimy w emocje pozytywne, to czujemy się szczęśliwi.
- Chyba rzeczywiście coś w tym jest. Pamiętam jak jako dziecko zgubiłem moją ukochaną zabawkę. Płakałem z tego powodu strasznie. Gdy następnego dnia zabawka znalazła się, byłem najszczęśliwszym dzieckiem na świecie.

- Dokładnie. Kolejnym plusem emocji negatywnych jest to, że niosą one ze sobą jakąś ważną informację dla nas. Informuję, że coś jest nie tak. Oczywiście taki sposób przekazywania informacji nie jest zbyt przyjemny, ale za to trudno go nie zauważyć. Łapiesz?

- Mniej więcej.

- Weźmy taki oto przykład. Pokłóciliśmy się z przyjacielem i jesteśmy zdenerwowani oraz mamy do niego żal. W takiej sytuacji możemy zadać sobie pytanie: jakie informacje dla mnie stoją za tymi emocjami? Odpowiedź może być następująca: nie potrafiłem się skutecznie porozumieć z przyjacielem, nie potrafiłem zapanować nad swoimi emocjami, każdy z nas ma inne zdanie na temat, który omawialiśmy, czuję się zraniony, gdyż naprawdę zależy mi na przyjaźni z nim i jego negatywna postawa była dla mnie bardzo przykra.

Następną zaletą negatywnych emocji jest to, że skłaniają nas one do działania. Gdy nas boli ząb, czujemy się źle i mamy motywację, aby iść do dentysty. Gdy bardzo stresowaliśmy się podczas publicznego przemawiania, to zyskaliśmy motywację, aby iść na kurs publicznego przemawiania.

- Ale nie zawsze tak jest - zaproponował uczeń. - Czasami widzę, że ludzie wolą po cichu cierpieć, niż zmienić swoje życie.

- Niestety masz rację. To tak jak w tej przypowieści z psem z gwoździem w tyłku. Znasz ją?

- Nie.

- „Wchodzi facet do baru i widzi jak przy drzwiach oparty o framugę stoi pies i strasznie skowycze. Facet podchodzi do barmana i pyta go się:

- Dlaczego ten pies tak skowycze?

- Bo nadział się tyłkiem na gwóźdź.

- To dlaczego nie zejdzie z tego gwoździa?

- Najwidoczniej nie boli go aż tak bardzo.”

- Piękna przypowieść - stwierdził trochę na wyrost uczeń.

- Na pewno coś w niej jest - potwierdził Mistrz. – To jak jesteśmy przy temacie dołów, to warto abyś uświadomił sobie jeszcze jedna rzecz. Najczęściej w dołki wpadamy, gdy w naszym życiu wydarzy się coś negatywnego.

- No właśnie.

- Rzecz w tym, że często okazuje się, że coś, co w danym momencie wydaje nam się czymś negatywnym, w ostatecznym rozrachunku przyniesie nam korzyść.

- Czy ja wiem.
- Weźmy twoją sytuację. Utrata pracy i dachu nad głową niewątpliwie są dla ciebie czymś negatywnym. Ale dzięki temu poznałeś mnie. A to, zapewniam cię, bardzo dobrze wróży ci na przyszłość.
- Pożyjemy zobaczymy.
- Jakbyś prześledził wszystkie negatywne doświadczenia w swoim życiu, to zapewne zauważysz, że wiele z nich ostatecznie dało ci jakieś korzyści. Może pojawiły się one dopiero po latach i były nieduże, ale były. Dlatego chciałbym ci tutaj przytoczyć pewną przypowieść, o której warto pamiętać za każdym razem, gdy spotka nas coś złego.

„Historia dzieje się w pewnej chińskiej wsi w dawnych czasach. Mieszkał tam pewien chłop, który miał syna oraz pięknego konia. Pewnego dnia koń przeskoczył przez ogrodzenie i uciekł. Zebrała się cała wieś i zaczęła lamentować.

- A to pech, to był taki piękny koń.

Chłop na to odpowiedział.

- Czy to dobrze, czy to źle. Pożyjemy, zobaczymy.

Po pewnym czasie koń wrócił do wsi przyprawdzając ze sobą kilka dzikich koni. Cała wieś zaczęła mówić.

- Ten to ma szczęście, teraz zamiast jednego konia, ma ich kilka.

Na to chłop im odpowiedział.

- Czy to dobrze, czy to źle. Pożyjemy, zobaczymy.

Ponieważ nowe konie były dzikie, więc należało je ujeździć. Zabrał się za to syn chłopca. Podczas ujeżdżania pierwszego konia spadł on z niego i złamał sobie nogę. Na to cała wieś zaczęła lamentować.

- Zaczynają się żniwa, a wasz syn nie będzie mógł pracować. Wy to macie pecha.

Na to chłop im odpowiedział.

- Czy to dobrze, czy to źle. Pożyjemy, zobaczymy.

W połowie żniw do wsi przyjechało wojsko zabrać wszystkich młodych mężczyzn na pobór. Zabrali wszystkich, z wyjątkiem kalekiego syna rolnika. Znowu wieś zebrała się i mówiła.

- Ten to ma szczęście. Jego syn bezpieczny zostaje w domu.

Na to chłop im odpowiedział.

- Czy to dobrze, czy to źle. Pożyjemy, zobaczymy.”

Łapiesz o co chodzi w tej historii? - zapytał się ucznia Mistrz.

- Jasne.
- Ok. to w takim razie proponuję jeszcze trochę przespacerować się po parku, zanim zrobi się ciemno - zaproponował Mistrz. Uczeń skwapliwie przytaknął.

Rozdział 11

Mistrz i uczeń wracając z parku weszli w kolejną, nieoświetloną uliczkę. Idąc chwilę w milczeniu uczeń zastanawiał się, jak dalej potoczą się jego losy. Jednak nie martwił się tym już tak bardzo. Wizyta w parku zrobiła swoje.

Nagle ciszę przerwał ochryply, męski głos.

- Chłopcy, macie może fajki?

Głos dobiegł do nich z tyłu, więc uczeń błyskawicznie odwrócił się. Mistrz również odwrócił się, ale znacznie spokojniej. W odległości pięciu metrów od nich stał barczysty mężczyzna ubrany w dres. Jego włosy były w kolorze Właściwie to nie miał włosów na głowie - dostrzegł z przejęciem uczeń. Próbował to sobie wytłumaczyć tym, że mężczyzna prawdopodobnie przeszedł niedawno chemioterapię i stąd brak owłosienia na głowie. Ale instynkt podpowiadał mu zupełnie inną teorię na ten temat.

Tymczasem mężczyzna ponowił pytanie.

- To macie fajki czy nie?

Mistrz odpowiedział mu z anielskim spokojem.

- Niestety my niepalący.

Na te słowa mężczyzna odwrócił głowę w stronę pobliskiej bramy i zawołał.

- Słyszycie. Goście nie mają kamelów.

Na te słowa z bramy wyszło jeszcze dwóch mężczyzn (też po chemioterapii) i podeszli do pierwszego. Uczeń wcześniej ich nie zauważył. Pewnie byli nieśmiali - pomyślał desperacko.

Pierwszy mężczyzna odwrócił się znów do naszych głównych bohaterów.

- To fatalnie. Bo to jest nasza ulica i obcy za poruszanie się po niej muszą nam coś odpalić. Skoro nie macie fajek, to dawajcie kapustę.

Słyszając to uczeń zaczął oblewać się zimnym potem. Tymczasem Mistrz w ogóle nie przejmując się słowami mężczyzny, odezwał się do niego z uśmiechem.

- Przykro mi, że muszę was znowu rozczarować, ale my nie rolnicy.

Mężczyzna najwidoczniej nie rozumiał wyrafinowanego poczucia humoru Mistrza, gdyż poważnym głosem odpowiedział.

- Dawajcie kasę palanty.

Uczeń był pewien, że za chwilę zemdleje. Przed oczami przebiegło mu całe jego dotychczasowe życie (nie był to zbyt ciekawy widok). Tymczasem Mistrz uśmiechnął się i rzekł do napastnika z entuzjazmem.

- Trzeba było tak od razu mówić! Ale czy zanim oddamy wam nasze portfele, mogę wam opowiedzieć super dowcip?

Mężczyzna lekko zaskoczony pytaniem Mistrza odparł.

- Byle szybko. Ale jak będzie nieśmieszny to dostaniesz wycisk.

Mistrz nie przejmując się ostrzeżeniem wziął głęboki oddech.

- A więc dowcip brzmi tak. „Idzie sobie facet ulicą. Nagle pojawia się przed nim trzech napastników i wołają - Pieniądze albo życie. Facet na to im odpowiada. - Ostrzegam was panowie. Ja znam karate, kung-fu, judo. Przerażeni napastnicy zaczęli uciekać, a ich niedoszła ofiara kończy zdanie - I jeszcze kilka innych chińskich i japońskich słów.”

Wszyscy trzej mężczyźni wybuchnęli śmiechem. Mistrz też zaczął się śmiać. Tylko uczeń stał ponury. Najwidoczniej nie rozumiał dowcipu. Gdy mężczyźni wyśmiali się, pierwszy z nich odezwał się.

- To było niezłe, a teraz dawać portfele.

Mistrz na to ze spokojem rzekł:

- Ostrzegam panowie, ja znam karate, kung-fu i judo.

- To było śmieszne tylko za pierwszym razem. Brać go.

Napastnicy ruszyli w kierunku Mistrza, a Mistrz ruszył w ich kierunku, cały czas z uśmiechem na twarzy. W tym momencie ucznia ośmięło - Jego Mistrz zwariował z przerażenia!

Pierwszy z napastnik wysunął się do przodu i wziął zamach prawą ręką, aby wyprowadzić cios w twarz Mistrza. Jednak Mistrz nie dał mu na to czasu. Poderwał przed siebie prawą nogę i z całej siły uderzył butem w krocze napastnika. Ten, jak na prawdziwego mężczyznę przystało, krzywiąc się z bólu i chwytając się za krocze padł na ziemię. W tym momencie do Mistrza podbiegł drugi napastnik. Mistrz cofnął się o krok, dzięki czemu uniknął kolejnego ciosu w twarz. Następnie Mistrz zrobił szybki krok do przodu i uderzył nogą prosto w nerkę napastnika. Siła ciosu była tak duża, że mężczyzna przewrócił się do tyłu. Trzeci napastnik widząc powalonych na

ziemię swoich towarzyszy, przypomniał sobie, że zostawił w domu włączone żelazko i postanowił szybko oddalić się. Nie pozwolił mu na to jednak głos, który dobiegł niewiadomo skąd.

- Tu policja. Nie ruszać się!

Uczeń, który dostawał już niemal pośmiertnych drgawek, odwrócił głowę w stronę, z której dochodził głos. W ich stronę jechał ulicą policyjny radiowóz. Jego kogut świecił tak mocno, że uczeń musiał odwrócić wzrok.

- Wszyscy pod ścianę - padła komenda z radiowozu.

Pierwszy zareagował na nią ostatni pozostający na nogach napastnik, który szybko podszedł do ściany najbliższego budynku, położył ręce na ścianie i rozstawił nogi. Widać było, że jest profesjonalistą. Mistrz pomyślał, że powinien wytłumaczyć policjantom, kto tu jest ofiarą, a kto napastnikiem, ale widząc wyglądającą z radiowozu groźną twarz policjanta postanowił pójść na przykładem „kolegi”. Mistrz podszedł do ściany, a uczeń za nim.

Radiowóz zatrzymał się przy nich. Wysiadło z niego dwóch policjantów. Jeden z policjantów podszedł do stojących przy ścianie mężczyzn i ich przeszukał. Drugi policjant uważnie obserwował leżących na ziemi napastników.

Pierwszy policjant zwrócił się do Mistrza.

- Co tu się stało?

- Ci trzej panowie postanowili nas okraść, ale udało nam się obronić. Tak więc właściwie to nic się nie stało.

- My to osądzimy. Dokumenty. Wszyscy.

Wszyscy trzej sięgnęli po dokumenty. Policjant po kolei przejrzał je i następnie odezwał się do swojego kolei.

- Skuj tych leżących na ziemi. A ty ręce do tyłu - policjant zwrócił się do trzeciego z napastników.

- Za co?

- Za nic. Dawaj ręce.

Napastnik chcąc nie chcąc położył ręce na plecach, a policjant skuł je kajdankami. Uczeń w końcu odetchnął i szeptem zwrócił się do Mistrza.

- No to teraz dostaną za swoje. Mam nadzieję, że pójdą siedzieć.

- Ja to załatwię - szepnął Mistrz do ucznia, a następnie odezwał się do policjanta.

- Panie władzo, czy mogę z panem porozmawiać na osobności w 3 oczy?

- Dlaczego w 3? - policjant nie za bardzo rozumiał, o co Mistrzowi chodzi.

- Bo na to, co chcę panu zaproponować jedno oko będzie trzeba przymknąć.
- No co pan? - w głosie policjanta było słyszeć zmieszanie.
- Panie władzo, żartowałem. Zapewniam pana, że to nic takiego, porozmawiajmy - powiedziawszy to Mistrz wziął policjanta łagodnie pod ramię i ruszył na drugą stronę ulicy. Gdy doszli do krawężnika Mistrz zatrzymał się, puścił ramię policjanta i odezwał się.
- Na pewno zgodzi się pan, że te typki złamały prawo. Czy jednak ma sens spisywać ich i zaczynać całą sprawę? W końcu nikomu z nas nic się nie stało. A oni dostali już nauczkę. Tak więc wydaje mi się, że możemy spokojnie uznać całą sprawę za zamkniętą. Co pan na to?

Mistrz spojrzał policjantowi prosto w oczy i zrobił najsympatyczniejszą minę, na jaką było go stać. Na twarzy policjanta pojawiło się zmieszanie. Starając się je ukryć wydukał.

- No wie Pan. Tak nie można. Sprawcy powinni zostać ukarani. A zresztą zgłoszenie poszło już do centrali. Trzeba sprawdzić czy nie byli notowani.
- Ale po co to wszystko? Tylko wszyscy stracimy czas. Proszę mi wierzyć, że oni dostali dzisiaj niezłą nauczkę i na pewno pójda po rozum do głowy.
- Czy ja wiem? Muszę poradzić się z kolegą.
- Ależ oczywiście - odparł Mistrz i zrobił jeszcze bardziej sympatyczną minę.

Policjant ruszył z powrotem przez ulicę. Podeszedł do radiowozu i wsiadł do środka. Policjanci zaczęli dyskutować. Tymczasem Mistrz niespiesznym krokiem wrócił do ucznia.

- Mistrzu, dlaczego masz taki dziwny wyraz twarzy? - zapytał z lekkim zdziwieniem i zaciekawieniem uczeń.

Mistrz w tym momencie uświadomił sobie, że zapomniał przywrócić codzienną minę na twarz i natychmiast poprawił swój błąd. Widząc to uczeń odetchnął z ulgą.

- Od razu lepiej.

Na odgłos otwieranych drzwi radiowozu Mistrz i uczeń odwrócili się w jego stronę. Z samochodu wysiadł policjant, z którym rozmawiał przed chwilą Mistrz i zapytał się.

- Czyli rozumiem panowie, że nie wnosicie oskarżenia przeciw tym panom? - gestem głowy wskazał na leżących na ziemi napastnikach.
- Dokładnie tak - odparł Mistrz zanim uczeń zdążył zaproponować. - Bardzo dziękujemy panom za fatygę i pomoc. Ale już wszystko jest ok, tak więc możecie ich panowie rozkuć, a my pójdziemy sobie swoją drogą.

Policjant popatrzył najpierw na Mistrza, potem na napastników, a następnie zrezygnowany machnął ręką. Wsiadł z radiowozu i rozkuł ich.

- A teraz spierdalać stąd.

Niedoszłym napastnikom nie trzeba było tego dwa razy powtarzać. Szybkim krokiem weszli do najbliższej bramy i zniknęli z oczu. Policjant wsiadł do samochodu i radiowóz również odjechał.

Uczeń zaczął nieświadomie kręcić głową, jakby nie do końca wierzył w to, co przed chwilą stało się. Mistrz widząc to klepnął go przyjacielsko po plecach.

- No już po wszystkim. Możesz przestać zgrywać twardziela.

Z twarzy ucznia zaczęły powoli zniknąć objawy strachu.

- Dlaczego ich Mistrzu wypuściłeś?

- Mamy ważniejsze sprawy na głowie, niż chodzić po posterunkach i sądach i składać zeznania. A poza tym myślę, że dostali dzisiaj niezłą nauczkę.

- Boże święty. Skąd biorą się na świecie tacy ludzie?

- Chcesz usłyszeć szczerą odpowiedź?

- Tak

- Może ci się nie spodobać. Wyobraź sobie, że sami sobie takich ludzi hodujemy.

- Jak to?

- Masz dzieci?

- Przecież wiesz, że nie mam.

- Dlaczego nie masz, czyżby było z tobą coś nie tak? - mówiąc to Mistrz spojrzał na ucznia z zaciekawieniem. Uczeń zaczerwienił się i stanowczo odpowiedział.

- Zapewniam cię Mistrzu, że ze mną wszystko jest w porządku.

- Skoro tak twierdzisz... Ale jakbyś kiedyś potrzebował jednak fachowej pomocy to...

- To wiem do kogo mam się zwrócić - wszedł mu w słowo uczeń. - Czy możemy wrócić do naszego tematu?

- Ok. Pewnie przy porodzie też nigdy nie byłeś?

- Zgadłeś.

- To w takim razie zastanów się, czy gdy na świat przychodzi dziecko, to czy jest ono złe?

- Nie rozumiem.

- Prawda jest taka, że każdy przestępca w tym kraju urodził się jako niewinny brzdąc. Dopiero przy wybitnej pomocy społeczeństwa wyrósł on na przestępcę.

- Jak to możliwe?

- To przecież całkiem proste. Jest to związane z uwarunkowaniami rodzinnymi oraz otoczenia. Gdyby nasz kraj miał odpowiedni program przeciwdziałania patologiom społecznym, to spora część kryminalistów byłaby obecnie uczciwymi obywatelami. Cóż, może kiedyś dorobimy się takiego programu. A na razie musimy niestety męczyć się z owocami naszych niedociągnięć.

- Zaraz, zaraz. Chcesz powiedzieć, że przestępcy nie ponoszą winy za swoje czyny?

- Oczywiście, że ponoszą, ale my jako społeczeństwo mieliśmy szansę niedopuszczenia do tego, aby zostali przestępcami i z tej szansy nie skorzystaliśmy.

- To nie brzmi zbyt optymistycznie.

- Masz rację. Przeciętny człowiek woli zwać całą winę na przestępców. Można i tak, tylko że dzięki temu przestępczość nam nie spadnie.

- Trudno mi zaakceptować takie podejście.

- Wiem. A czy wiesz co tak naprawdę powoduje, że przestępcy są gotowi popełniać swoje niegodziwości?

- Chciałbym to wiedzieć.

- Brak miłości.

- Słucham?

- Dobrze usłyszałeś - brak miłości. Gdyby w dzieciństwie każdy z nich otrzymał od bliskich odpowiednią dawkę miłości, to nie mieliby oni sumienia, aby krzywdzić innych ludzi. Większość z nas właśnie dzięki miłości posiada pewną wrażliwość na krzywdę innych ludzi. Dlatego przeciętny człowiek nie jest w stanie np. pobić czy okraść inną osobę. Ale ci, którzy nie posiadają takiej wrażliwości, niestety nie mają takich zahamowań. I to tyle.

Kiedyś znajomy opowiedział mi historię, która mu się przydarzyła. Wracał późno w nocy do domu i zaczepił go jakiś drab. Chciał wymusić od niego oddanie portfela. W pewnym momencie mój znajomy instynktownie powiedział „Chłopie, tobie brakuje miłości”. I wyobraź sobie, że na te słowa chłop zupełnie rozkleił się. Dwie następne godziny upłynęły mojemu znajomemu na rozmowie z niedoszłym napastnikiem. Tak więc, drogi uczniu pomysł nad tym.

Uczeń kiwnął potakująco głową i rozejrzał się po uliczce.

- Jak daleko mamy jeszcze do domu Darka?

- Jeszcze kawałek.

Mistrz i uczeń ruszyli w dalszą drogę na spotkanie nieznanego (nieźle to brzmi, co?).

Rozdział 12

Wtorek

Gdy Darek i Agnieszka wrócili z pracy wszyscy wspólnie wzięli się za szykowanie obiadu. Obierając ziemniaki uczeń próbował nie myśleć o niemiłej przygodzie z ostatniego wieczoru. Gdy w końcu wszyscy usiedli do obiadu, Mistrz zwrócił się do ucznia.

- Czas na kontynuację wątku z wczoraj. Rozmawialiśmy o pozytywnym myśleniu i różnych emocjach. W związku z tym warto byłoby jeszcze porozmawiać o inteligencji emocjonalnej.
- Przepraszam, że się wtrączę - wtrącił Darek - ale akurat tematem inteligencji emocjonalnej bardzo się interesuję.
- To świetnie. To w takim razie może wytłumaczysz młodemu, o co tu chodzi.
- Ok. No więc na pewno słyszałeś o klasycznej inteligencji mierzonej za pomocą ilorazu inteligencji (IQ).
- Oczywiście, że słyszałem. Nawet kiedyś robiłem sobie test na IQ.
- I jaki wyszedł Ci wynik? - spytał zaciekawiony Mistrz.
- To było tak dawno, że już nie pamiętam dokładnego wyniku, ale na pewno był on dodatni - mówiąc to uczeń lekko zaczerwienił się niewiadomo czemu.

Darek i Mistrz spojrzeli na siebie wymownie.

- Nieważne - próbował wybawić ucznia z niezręcznej sytuacji Darek. - Chodzi o to, że ta klasyczna inteligencja tylko w 20% wpływa na to, jakie odnosimy w życiu sukcesy. Za to aż 80% przypada na inteligencję emocjonalną.
- Co powoduje, że odgrywa ona aż tak dużą rolę w naszym życiu? - spytał z zaciekawieniem uczeń.
- Powód tego jest prosty - odpowiedział Darek. - Każdy z nas działa poprzez pryzmat swoich uczuć i emocji. Jeśli potrafimy nimi odpowiednio sterować, to możemy wtedy dużo lepiej sterować całym swoim życiem, tak osobistym jak i zawodowym.
- Ok. Na razie brzmi to logicznie.
- Dobrze. Na inteligencję emocjonalną składa się wiele elementów. Jednym z nich jest świadomość aktualnie ogarniających nas emocji. Jest to szczególnie ważne, gdy są to emocje negatywne. I tu może posłużę się przykładem z własnego życia. Jakiś czas temu przechodząc przez ulicę miałem dosyć nieprzyjemną przygodę.

Przechodziłem na pasach, gdy z bocznej drogi wyjechał samochód. Jego kierowca zwracając uwagę na to, czy z głównej drogi nic nie jedzie, odwrócił głowę do tyłu, zupełnie nie zwracając uwagi na to, co dzieje się przed nim. W efekcie w ogóle mnie nie zauważył.

Zauważył za to, że jednak zbliża się do niego jakiś samochód, więc dodał mocno gazu, aby jak najszybciej znaleźć się na głównej drodze. Tylko, że na jego drodze stałem ja (a właściwie szedłem). Przed zderzeniem uchroniło mnie to, że instynktownie zrobiłem dwa bardzo szybkie kroki do przodu. W efekcie bok samochodu minął mnie o kilka centymetrów.

Wszystko to stało się w ciągu sekundy. Jednak to wystarczyło, aby wzbudzić we mnie najróżniejszych emocji - od strachu po wściekłość. Pamiętam, że nawet wtedy nieźle zakląłem. Czułem też skok adrenaliny. I w tym momencie zdałem sobie sprawę z tych wszystkich emocji.

I to pozwoliło mi przejść do kolejnego ważnego elementu inteligencji emocjonalnej - wzięcia na siebie odpowiedzialności za swoje emocje. Mogłem wtedy zdecydować, że albo nadal będę w tych negatywnych emocjach, że zacznę złorzeczyć na kierowcę, albo przyjmę postawę, iż przecież kierowca nie zrobił tego specjalnie i w końcu nic mi się nie stało. Zdecydowałem się na to drugie rozwiązanie.

Te rozważania w mojej głowie trwały dosłownie moment. Gdy wszedłem na chodnik moje negatywne emocje były już znacznie stonowane. A po kilku krokach zupełnie mnie opuściły.

Zamiast nich pojawiły się emocje pozytywne - wdzięczność dla siebie samego, że udało mi się odpowiednio szybko zareagować na niebezpieczeństwo oraz satysfakcja, że udało mi się szybko zapanować nad negatywnymi emocjami.

- Świetny przykład - skomentował Mistrz i dodał. - Inteligencja emocjonalna ucząc nas panowania nad własnymi emocjami daje nam możliwość decydowania w jakich emocjach pragniemy być w każdym momencie.

- Zaraz zaraz - przerwał mu uczeń. - Przecież nie da się świadomie decydować o emocjach w każdym momencie.

- A właśnie, że się da - odparł mu Mistrz.

- Dokładnie tak - wtórował mu Darek. - Każdy z nas ma możliwość decydowania, w jakich emocjach chce być. Nie twierdzę, że jest to łatwa technika, bo nie jest. Ale jest możliwa.

Widząc, że uczeń z niedowierzaniem kręci głową, Darek dodał.

- Ja sam stosuję tę technikę z powodzeniem dzięki pewnej historyjce.
- Jakiej historyjce? - spytał z zaciekawieniem Mistrz.
- Dostałem ją kiedyś od znajomego przez Internet. Zrobiła na mnie tak piorunujące wrażenie, że ją sobie wydrukowałem i czytam ją codziennie rano. Zaczekajcie. Zaraz wam ją przeczytam.

Powiedziawszy to Darek niemal wybiegł z kuchni. Mistrz i uczeń spojrzeli po sobie z lekkim zdziwieniem. Po chwili Darek wrócił z kartką w ręce. Kartka była już dosyć mocno pogięta, co wskazywało na jej częste używanie.

- Jak już wam mówiłem, ja codziennie rano czytam sobie tę historyjkę i dzięki temu znacznie łatwiej jest mi decydować w jakich emocjach chęć być. Posłuchajcie.

Darek przejętym głosem zaczął czytać historię.

„Michał był zawsze w dobrym humorze i zawsze miał coś pozytywnego do powiedzenia. W pracy był naturalnym motywatorem. Jeśli jakiś pracownik miał zły dzień, Michał zawsze radził mu, jak znaleźć pozytywną stronę tej sytuacji. Obserwowałem jego zachowanie z dużym zaciekawieniem. Pewnego dnia podszedłem więc do Michała i spytałem go:

- Nie rozumiem Cię. Nie można być tak pozytywną osobą przez cały czas. Jak ty to robisz?

Michał odpowiedział.

- Każdego ranka, gdy budzę się, mówię sobie - "Michał, masz dzisiaj dwie możliwości - możesz mieć dobry humor albo możesz mieć zły humor". I wtedy wybieram dobry humor. Za każdym razem, gdy wydarza się coś niedobrego, mogę wybrać albo bycie ofiarą, albo wyciągnąć z tego jakąś lekcję dla siebie. I wybieram wyciągnięcie lekcji. Za każdym razem, gdy przychodzi ktoś do mnie ponarzekać, mogę wybrać zgodzenie się z nim albo pokazanie mu pozytywnej strony życia. I wtedy wybieram pokazanie mu tej pozytywnej strony.

- Zaraz, to nie jest takie proste! - zaprotestowałem.

- Ależ tak, to właśnie takie jest - odpowiedział Michał. - Życie polega na wyborach. Każda sytuacja jest wyborem. Ty sam wybierasz, jak zareagujesz na daną sytuację. Ty wybierasz, jaki wpływ mają ludzie na twoje samopoczucie. To ty wybierasz bycie w dobrym albo złym humorze. Mówiąc krótko - to twój wybór, jak wygląda twoje życie.

Zapamiętałem, co powiedział mi wtedy Michał. Krótco potem opuściłem firmę, w której wtedy pracowałem i otworzyłem swoją własną. Straciliśmy kontakt ze sobą, ale

często przypominałem sobie Michała, gdy dokonywałem wyborów w moim życiu, zamiast tylko reagować na zmiany sytuacji.

Kilka lat później dowiedziałem się, że Michał miał poważny wypadek. Spadł z rusztowania z wysokości prawie 20 metrów. Po 18-godzinnej operacji i wielu tygodniach rehabilitacji Michał został zwolniony ze szpitala z wszczepionymi w plecy metalowymi prętami. Spotkałem się z nim około 6 miesięcy po wypadku. Zapytałem go wtedy, o czym myślał w chwili wypadku.

- Pierwsze, co mi przyszło do głowy, to moja córka, która niedługo miała się urodzić.

- odpowiedział Michał. - Później, gdy już leżałem na ziemi, pomyślałem sobie, że mam dwie możliwości: mogę wybrać - żyć albo umrzeć. Wybrałem życie.

- Nie byłeś przerażony? Nie straciłeś przytomności? - spytałem.

Michał kontynuował.

- Moi znajomi byli wspaniali. Mówili mi, że wszystko będzie dobrze. Aż do momentu, kiedy zawieźli mnie do szpitala i zobaczyłem twarze lekarzy i pielęgniarek - wtedy naprawdę się przeraziłem. W ich oczach wyczytałem - "ten facet już nie żyje". Wiedziałem, że muszę coś zrobić.

- I co zrobiłeś? - spytałem.

Była tam taka duża, tęga pielęgniarka wykrzykująca różne pytania do mnie" - opowiadał dalej Michał. "Spytała, czy jestem na coś uczulony. "Tak" - odpowiedziałem. Lekarze i pielęgniarki przestali pracować, czekając na moją odpowiedź. Wziętem głęboki oddech i krzyknąłem: "Jestem uczulony na grawitację". Oni zaśmiali się, a ja powiedziałem - "Wybieram życie. Operujcie mnie jak żywego, a nie jak martwego".

Michał przeżył dzięki umiejętnościom lekarzy, ale również dzięki swojej niesamowitej postawie. Nauczyłem się od niego, że codziennie możemy żyć pełnym życiem. To nasz wybór. Postawa jest wszystkim.

Masz teraz dwie możliwości:

1. Możesz wyrzucić tę historię i zapomnieć o niej.

2. Możesz pójść w ślady Michała.

Wybór należy do Ciebie.”

- Tak. To bardzo pouczająca historia - powiedział Mistrz, gdy Darek skończył czytać.

- Ale czy ta historia jest oparta na faktach? Czy ktoś taki naprawdę istniał? - spytał się uczeń.

- Szczerze mówiąc nie wiem - przyznał Darek.

- A co to ma za znaczenie? - odparł Mistrz. – Liczy się przesłanie tej historii, a nie jej autentyczność.

- Jeśli chcecie, to wam wydrukuję kopie tej historii - zadeklarował Darek.

- Bardzo chętnie skorzystamy - odparł Mistrz.

- To dodam jeszcze coś - powiedział Darek. - To w jakim jesteśmy nastroju zależy też od tego, na jakie informacje z zewnątrz nastawiamy się. Jeśli nastawiamy się na wiadomości negatywne, to nas będą one dołować. I oczywiście odwrotnie - informacje pozytywne będą nas doładowywać. Dlatego ja sam wyszukuję informacje pozytywne czy nawet zabawne.

- Ale takich informacji nie ma zbyt dużo - zauważył uczeń.

- To nieprawda. Wystarczy tylko nieco poszukać. Dam wam przykład z wczorajszej gazety.

Powiedziawszy to Darek sięgnął po leżącą na stole gazetę. Szybko przeczcił kilka stron.

- Posłuchajcie tylko tego.

„W pewnej firmie zauważono, że pracownicy bardzo dużo czasu spędzają w toaletach, co wpływa negatywnie na ich wydajność. Dlatego kierownictwo firmy postanowiło przemalować toalety. I tak męska toaleta została pomalowana na kolor różowy, a damska na zgniłą zieleni. W rezultacie pracownicy zaczęli ograniczać czas pobytu w toaletach, a wydajność w firmie wzrosła o 8 procent.”

- Czyż to nie wspaniała wiadomość - z wesołością powiedział Darek. - Albo to.

„W Wielkiej Brytanii poprzez ogłoszenia prasowe poszukuje się zawodowego pustelnika. Pustelnik ma stać się atrakcją turystyczną. Jak się okazało, na ofertę tę odpowiedziało bardzo wiele osób. A wymagania tego stanowiska pracy są niemałe. Pustelnik będzie musiał zrezygnować z kontaktów ze światem zewnętrznym, a być może także nie będzie mógł się myć i golić.”

- To coś dla ciebie Mistrzu - nie mógł powstrzymać się uczeń.

Mistrz z poważną miną zwrócił się do Darka. - Czy podają tam numer telefonu?

Darek z równie poważną miną odparł.

- Niestety nie.

- Szkoda.

- To co dzisiaj robimy Mistrzu? - spytał się uczeń.

- Nic. Dzisiaj mamy dzień wolny. Więc możesz robić co ci się podoba - odparł Mistrz.

- W porządku - odparł nieco zaskoczony uczeń.

Rozdział 13

Środa

Mistrz i uczeń wyszli z kina. Obydwaj byli w świetnych nastrojach. Uczeń odezwał się.

- To był świetny pomysł, aby iść do kina na tę bajkę*. Już nie pamiętam, kiedy tak dobrze bawiłem się w kinie.

- Ja też się nieźle uśmiełem - odparł Mistrz. - Jak widzisz sposobów na poprawienie sobie nastroju jest masa.

- Zgadza się - przytaknął uczeń.

- Może będziemy mieli okazję jeszcze kiedyś wybrać się do kina np. na ...

Mistrz przerwał, gdyż jego uwagę przykuło coś po drugiej stronie ulicy. Było to stoisko wyborcze jednego z kandydatów na prezydenta.

- Chodźmy - z błyskiem w oku rzekł Mistrz i ruszył na drugą stronę ulicy. Uczeń nie mając wyboru podążył za Mistrzem. Gdy znaleźli się po drugiej stronie ulicy zobaczyli, jak przy stoisku stoi kilka osób z identyfikatorami. Osoby te próbowały przekonać stojącą przy nich parę do czegoś. Uczeń nie był tym widokiem zachwycony, gdyż już dawno doszedł do wniosku, że z polityków nie ma żadnego pożytku. Tymczasem Mistrz rażnym krokiem podszedł do stojących przy stoisku osób.

- Przepraszam bardzo. Czy mogę się o coś spytać.

- Oczywiście - odpowiedziała jedna z dziewczyn z identyfikatorem. - W czym mogę Panu pomóc?

- Jeśli chciałbym wspomóc waszego kandydata, to jak mogę to zrobić?

- To bardzo proste, wystarczy, że wpisze pan się na listę poparcia.

- O to już zrobiłem dawno temu - bez zająknięcia skłamał Mistrz. - I chciałbym teraz zrobić coś więcej.

Dziewczyna na chwilę zamyśliła się, po czym odpowiedziała.

- Może nam pan pomóc rozdawać papierowe chorągiewki.

Uradowany Mistrz odparł.

- Super. Zawsze o tym marzyłem!

* Mistrz i uczeń byli w kinie na filmie animowanym „Madagaskar”.

Dziewczyna lekko zaskoczona entuzjazmem Mistrza podała mu garść chorągiewek. Tymczasem uczeń z niedowierzaniem pokręcił głową. - Kto by pomyślał, że jego Mistrz będzie chciał bawić się w politykę - pomyślał.

Mistrz wziął chorągiewki i rozejrzał się dookoła. Przy stoisku stała ławka. Mistrz wszedł na nią zaczął machać chorągiewkami i wołać na całe gardło.

UWOLNIĆ MROŻONE TRUSKAWKI!

UWOLNIĆ MROŻONE TRUSKAWKI!

UWOLNIĆ MROŻONE TRUSKAWKI!

Uczeń ledwo powstrzymał się od śmiechu. Ten wyczyn nie udał się jednak kilku przechodzącym osobom, które wybuchnęły śmiechem i zatrzymały się obserwując Mistrza. Widząc to Mistrz odezwał się od nich.

- Widzę, że państwo popieracie nasze postulaty. Założę się, że wszyscy lubicie truskawki. Zgadłem?

Stojące osoby przytaknęły radośnie.

- W takim razie obiecuję, że jeżeli zagłosujecie na naszego kandydata i wygra on wybory, to każdy Polak otrzyma 300 kilogramów mrożonych truskawek! Tamta pani - mistrz wskazał ręką na dziewczynę, która nieopatrznie dała mu chorągiewki - zbiera podpisy. Tak więc zapraszam serdecznie. Truskawki czekają!

Powiedziawszy to Mistrz zszedł z ławki i podszedł do dziewczyny.

- Proszę nie dziękować. Po prostu wiem, czym ludzi przekonać.

Mistrz położył na stole chorągiewki.

- Proszę pozdrowić ode mnie kandydata, gdy go pani spotka.

Powiedziawszy to Mistrz obrócił się na pięcie i ruszył nie oglądając się za siebie chodnikiem. Na jego twarzy malowało się wyraźne zadowolenie. Uczeń dogonił Mistrza.

- Uf. Już myślałem, że zamierzasz zaangażować się w politykę.

- Nie doceniasz mnie mój uczniu.

- Chyba faktycznie.

- A może ty uczniu, skoro szukasz pracy, to zostałbyś politykiem?

Uczeń odpowiedział zdecydowanie.

- O nie, dziękuję bardzo.

- Dlaczego? To bardzo fajny zawód. Dostaje się pieniądze za nic. Można sobie dorobić na łapówkach i stoi się ponad prawem. Przecież to idealna praca.

- Jak dla kogo. Moim zdaniem politycy to ostatni dranie.

- Ależ to nie jest wcale ich wina.
- A czyja?
- Twoja!
- Moja!? Mistrzu, poszukaj sobie nowego psychiatry, bo aktualny cię oszukuje.
- Dzięki za radę. Może skorzystam. A tak na poważnie. Nie pozwoliłeś mi skończyć. To jest twoja wina, tak samo jak i reszty społeczeństwa.
- Chyba trochę przesadzasz.
- Ani trochę. Pomyśl tylko. W naszym kraju politycy sprawujący władzę są wybierani w wyborach powszechnych. Tak więc to my - społeczeństwo - decydujemy o tym, kto będzie nami rządził. No i niestety wybieramy ludzi, którzy się do tego raczej nie nadają.
- Nie nadają to mało powiedziane. Politycy to idioci.
- Nie trzeba od razu używać tak brutalnych określeń. Wystarczy powiedzieć, że są inteligentni inaczej.

Uczeń uśmiechnął się krzywo.

- Bardzo inaczej. No właśnie. Dlaczego społeczeństwo wybiera takich ludzi?
- Powodów jest kilka. Po pierwsze, część ludzi naprawdę myśli, że politycy, na których głosują, mogą zrobić coś dobrego dla nich i kraju.
- Tylko, że to nieprawda. Jak sięgam pamięcią do początku lat dziewięćdziesiątych, to żaden rząd nie miał jakiś naprawdę dobrych wyników swojej pracy. Dlaczego więc ludzie ciągle im wierzą? Czy są aż tak naiwni?
- Naiwność ma tu znaczenie drugorzędne. Najważniejsze jest - nie wiem czy mi uwierzysz - lenistwo naszego społeczeństwa.
- Nie rozumiem.
- Albo nie chcesz przyznać, że jesteś leniem.
- Wolę moją wersję.
- Możesz woleć, ale prawda jest taka, że nasze społeczeństwo wybiera polityków z lenistwa, licząc że politycy zrobią wszystko za nich - zmniejszą bezrobocie, ograniczą przestępczość, poprawią warunki życia.
- Przecież po to wybiera się polityków, aby robili te rzeczy.
- Tylko widzisz mój drogi, to jest bzdura.
- Nie rozumiem.
- Nie można wybrać polityków, którzy ulecą nasz kraj z gnębiących go bolączek.
- Teraz to już zupełnie nic nie rozumiem.

Mistrz z ironią spojrział na ucznia.

- Czuję, że teraz mówisz szczerze. Widzisz, prawda jest taka, że nawet gdyby społeczeństwo wybrało najlepszych polityków na świecie - najlepszych ekspertów, najuczciwszych i najskuteczniejszych, to ci politycy nie będą w stanie rozwiązać naszych problemów.

- Dlaczego?

- Bo aby je rozwiązać, potrzeba działania ze strony całego społeczeństwa. Politycy mogą uchwalić najlepsze ustawy, mogą przydzielić pieniądze na realizację naprawdę świetnych pomysłów. Ale w pewnym momencie te działania natrafiają na potrzebę zaangażowania się w nie społeczeństwa. I po zabawie.

- To znaczy?

- To znaczy, że ludzie chodzą głosować w wyborach głównie po to, aby zdjąć z siebie ciężar troszczenia się o siebie. Chcą aby to politycy zrobili wszystko za nich. A to jest niestety niemożliwe.

- To co można zrobić w tej sytuacji?

- Niestety społeczeństwo powinno wziąć się do pracy. Z jednej strony musi zacząć starać się działać na rzecz poprawy swojej sytuacji, a z drugiej strony wybierać do władzy tylko takich ludzi, którzy faktycznie mogą coś dobrego zrobić dla kraju.

- Ale w jaki sposób znaleźć tych właściwych polityków?

- To proste. „Poznacie ich po czynach”. Zauważ, że politycy, zanim dorwali się do władzy, nie mieli specjalnych osiągnięć w pomaganiu społeczeństwu. Oni argumentują to tym, że tylko mając władzę mogą coś zmienić. To jest oczywiście bzdura. Jeżeli wcześniej nie potrafili działać na rzecz społeczeństwa, to tym bardziej nie będą tego w stanie zrobić po objęciu władzy, gdy będą musieli masę czasu i energii poświęcić na utrzymanie się u tej władzy. Tak więc wybierać należy ludzi, którzy mogą poszczycić się długą listą zasług dla społeczeństwa, często lokalnego.

- W naszym parlamencie takich ludzi raczej nie ma.

- I stąd tak kiepska sytuacja naszego kraju. A przy okazji, czy wiesz po czym poznać, że polityk kłamie?

- Nie.

- Po tym, że porusza ustami.

- Hi hi hi. Tylko obawiam się Mistrzu, że to wcale nie jest żart. No dobrze, twierdzisz Mistrzu, że społeczeństwo samo też powinno starać się poprawić swój los. Ale w jaki sposób?

- Może trudno ci w to uwierzyć, ale prawie każdy problem, który gnębi nasze społeczeństwo, został już gdzieś rozwiązany. Często takie problemy rozwiązywały lokalne społeczności lub organizacje, a nawet pojedyncze osoby.
- Ale skąd ja czy społeczeństwo mamy wiedzieć, gdzie te problemy zostały rozwiązane?
- Wystarczy poszukać. Jest taki projekt o nazwie The Global Ideas Bank, który właśnie zbiera wszelkiego rodzaju pomysły mogące przyczynić się do poprawy życia ludzi. Ale wracając jeszcze do kiepskiej sytuacji naszego kraju. W jej poprawie ogromną rolę mógłby odegrać system edukacji, gdyby został gruntownie zmieniony.
- W jaki sposób?
- No cóż. Spróbuj określić jaki procent wiedzy zdobytej podczas całej twojej edukacji wykorzystujesz na co dzień.
- Nie zastanawiałem się nigdy nad tym.
- No spróbuj, tak na oko.
- Chyba nie więcej niż kilkanaście procent.
- Właśnie. W szkole uczysz się o pierwotniakach, o związkach chemicznych, o wierszach, o czarnych dziurach. Tylko po co? Skoro w dorosłym życiu ci się to w ogóle nie przydaje.
- Zgadzam się absolutnie, że znaczna część wiedzy nauczanej w szkołach jest bezsensowna. Tylko że jeżeli nie będziemy znać tych rzeczy, to inni mogą nas uznać za nieuków.
- To co? Lepiej męczyć się przez ileś lat i wkuwać wiedzę, która nigdy nam się nie przyda? Zresztą większość tej wiedzy i tak zapomnisz, więc i tak z punktu widzenia niektórych będziesz nieukiem.
- To w takim razie jak ty Mistrzu widziałbyś skuteczny system edukacji?
- Jest oczywiste, że szkoła powinna przygotowywać ucznia do dorosłego życia. A więc powinien on uczyć się rzeczy, które w dorosłym życiu naprawdę będą mu przydatne.
- Co na przykład?
- Lista jest bardzo długa. Od wypełniania zeznań podatkowych, opanowania emocji, umiejętności negocjacji, pracy w zespole, wychowywania dzieci, radzenia sobie ze stresem.
- Obawiam się, że są raczej małe szanse na wcielenie tego w życie. Takie zmiany nie zyskałyby chyba zgody władz. Podejrzewam, że nawet część społeczeństwa

byłaby im przeciwna. Aczkolwiek zastanawiam się jakby to było, gdyby wprowadzić takie zmiany.

- To nie problem. Wybierz jakiś przedmiot.
- Język polski. Albo nie - historia.
- Zdecyduj się. Niech będą obydwie. Historia może być świetnym przedmiotem do nauki empatii oraz zdawania sobie sprawy ze skutków własnych czynów.
- A język polski? Ja niestety dosyć źle wspominał ten przedmiot. Najgorsza była ortografia.
- Masz rację. Naóka ortografii to tródną zecz. A co do całego przedmiotu, to możliwości jest bardzo dużo. Uczniowie mogą uczyć się pisać oficjalne pisma, artykuły do szkolnej gazetki, uczyć się publicznego przemawiania, itd. Chyba zgodzisz się, że takie umiejętności przydadzą się w dorosłym życiu?
- Na pewno. Ale co ma zrobić człowiek, np. rodzic, którego dziecko chodzi do zwykłej szkoły?
- Niestety musi dzieciakowi załatwić jakieś zajęcia pozaszkolne, które będą rozwijać te dodatkowe umiejętności. Ale czemu ograniczasz się do dzieci? Przecież młodzież, ba, dorośli również potrzebują dodatkowej nauki.
- Dorośli są chyba na to za starzy.
- Nic podobnego. Poza tym dorosłym takie umiejętności są bardziej potrzebne, gdyż od razu mogą je wykorzystać w swoim życiu.
- Ale co w takim razie ma zrobić dorosły człowiek, który chciałby np. nauczyć się publicznie przemawiać? Wiem, że są prowadzone na ten temat profesjonalne kursy. Ale ich ceny raczej nie są na przeciętną kieszeń.
- Może np. skorzystać z działających w naszym kraju Klubów Ludzi Sukcesu im. Małego Tadzia.
- Pierwsze słyszę o takich klubach.
- Nie ty pierwszy. Faktycznie są one dosyć mało znane. Ale za to doskonale pokazują, jak ludzie sami mogą wzajemnie rozwijać u siebie nowe umiejętności, nawet jeżeli nie są ekspertami w danej dziedzinie.
- No znaczy co? Te kluby prowadzą amatorzy?
- Można tak to ująć.
- Ale w takim razie to bez sensu. Jak można się tam czegoś nauczyć, skoro nie można uzyskać opinii czy też porady zawodowego nauczyciela?

- Wbrew pozorom można. Kluby takie działają na takiej zasadzie, że uczestnicy poprzez wzajemne obserwowanie uczą się od siebie. I to się sprawdza.
 - Czy w Warszawie jest taki klub?
 - Jest i to już od 10 lat. Chcesz tam pójść?*
 - Czy ja wiem. Generalnie nie mam problemu z publicznym wystawianiem się.
 - Tam można nauczyć się też innych umiejętności, np. pozytywnego myślenia, tolerancji w stosunku do opinii innych, można zyskać większą pewność siebie, jak również można zdobyć umiejętności przywódcze. Tak naprawdę to to, co z tego klubu wyniesiesz zależy wyłącznie od ciebie.
 - Brzmi dosyć ciekawie. A kto tam głównie chodzi. Biznesmeni?
 - Wcale nie. Chodzą tam zwykli ludzie.
 - Co rozumiesz pod pojęciem zwykłych ludzi?
 - Licealistów, studentów, dorosłych i nawet czasami emerytów. I na podobnej zasadzie jak te kluby można by tworzyć grupy ludzi, którzy będą uczyć się wzajemnie innych potrzebnych im umiejętności.
- Mistrz na chwilę zamilkł, a następnie dodał.
- Myślę, że to na dzisiaj wystarczy. Chodźmy teraz na te obiecane truskawki.

Rozdział 14

Tego wieczoru Darek i Agnieszka urządzali u siebie małe party dla znajomych. Przyszło około 10 osób. Oczywiście Mistrz i uczeń dołączyli do zabawy. Po dwóch godzinach Mistrz i uczeń akurat siedzieli w kuchni, gdy weszła tam jedna ze znajomych Darka i Agnieszki - Monika.

- Czy mogłabym z wami porozmawiać?
- Jasne - powiedział Mistrz.
- Nawijaj - dodał uczeń.

Monika usiadła.

- Darek powiedział mi, że możecie mi pomóc.
- To zależy, w jakiej sprawie - odparł z uśmiechem Mistrz.

* Obecnie w Polsce działa kilkanaście takich klubów. Ich listę można znaleźć na stronie www.teta.ai. Autor tej książki był przez ponad rok prezydentem klubu warszawskiego (www.kls.republika.pl).

- Miałam kiedyś przyjaciółkę. Niestety teraz jesteśmy, że tak powiem, na wojennej ścieżce. A nie owijając w bawełnę, ja ją nienawidzę! - twarz Moniki zrobiła się niemal czerwona. Widać było, że temat jest dla niej bardzo trudny.

- Niestety chyba każdy z nas miał w swoim życiu przynajmniej kilka znajomości, które skończyły się w nieprzyjemny sposób - rzekł Mistrz. - Ale w czym my możemy ci pomóc?

- Darek mówił, że uczysz, jak przebaczać innym.

- A czy zależy ci na tym, aby wybaczyć swojej znajomej?

- Karolinie - ma na imię Karolina. Szczerze mówiąc, to nie wiem. Wiem tylko, że obecna sytuacja jest dla mnie strasznie wyczerpująca emocjonalnie. Nie ma dnia, abym nie myślała o niej ze złością.

- Wierzę Ci - odpowiedział spokojnie Mistrz. - Czy jesteś jednak pewna, że gdyby udało Ci się jej przebaczyć, to lżej zrobiłoby Ci się na duszy?

- Nie wiem - odpowiedziała Monika.

- A gdybyś wiedziała - zapytał Mistrz. - Czy wtedy mogłabyś przestać przejmować się tym, co między wami zaszło i po prostu zacząć bardziej cieszyć się życiem?

Monika nie odpowiedziała od razu. Przez chwilę w myślach trawiła słowa Mistrza. W końcu odezwała się przyciszonym głosem.

- Chciałabym aby tak się stało. Ale ja sama nie potrafię jej wybaczyć.

- Ok. Znam pewną technikę, która służy właśnie do uzdrawiania relacji z innymi ludźmi. Nosi ona nazwę trzy pozycje* i jest szansa, że ci pomoże. Możemy ją zrobić.

Monika przez chwilę wahała się. Jednak myśl, że będzie musiała nadal sama radzić sobie z negatywnymi emocjami związanymi z Karoliną, pomogła jej podjąć decyzję.

- Dobrze. Zgadzam się. Co mam robić?

- Na razie musimy przygotować się.

Mistrz zwrócił się do ucznia.

- Czy możesz z pokoju obok przynieść jeszcze jedno krzesło?

- Jasne - powiedziawszy to uczeń zniknął za drzwiami, aby po chwili pojawić się w nich z trzecim krzesłem.

* technika trzy pozycje wywodzi się z NeuroLingwistycznego Programowania (NLP). Więcej informacji na temat NLP można znaleźć na prowadzonej przez autora książki stronie www.abcnlp.waw.pl.

- Gdzie mam je postawić? - zapytał.

- Tam pod ścianą - Mistrz wskazał głową na miejsce i zwrócił się do Moniki. - Wstańmy na chwilę. Zmienimy teraz miejsce ustawienia krzesel.

Powiedziawszy to Mistrz wziął obydwa krzesła za oparcia i przesunął je o 1 metr bliżej ściany, przy której stało trzecie krzesło. Mistrz ustawił oba krzesła w odległości 2 metrów od siebie tak, aby były do siebie zwrócone przodem. Zrobiwszy to Mistrz odezwał się najpierw do ucznia.

- Czy możesz zamknąć drzwi?

Uczeń przytaknął, podszedł do drzwi i zamknął je. Następnie z rosnącym zaciekawieniem spojrzął na Monikę i Mistrza. Tymczasem Mistrz zwrócił się do Moniki.

- Jak się czujesz?

- Tak sobie.

- Czy możesz teraz przez chwilę zastanowić się, jakbyś czuła się, gdybyś wybaczyła Karolinie całą krzywdę? Jeśli chcesz możesz zamknąć oczy.

Monika posłusznie zamknęła oczy. Z początku jej twarz była napięta. Było widać, że toczy wewnętrzną walkę z myślami. Jednak po chwili jej twarz wygładziła się i pojawił się na niej łagodny uśmiech. Chwilę później otworzyła oczy.

- Byłoby super, tylko czy to jest możliwe?

- Zaraz przekonamy się. Chciałbym abyś usiadła na pierwszym krześle.

Mistrz wskazał na jedno z dwóch stojących naprzeciw siebie krzesel. Monika usiadła na wskazanym krześle i spojrziała na Mistrza czekając na dalsze wskazówki. Mistrz stanął za nią, położył swoje dłonie delikatnie na jej ramionach i rzekł.

- Czy możesz Moniko teraz wyobrazić sobie, że na krześle naprzeciw Ciebie siedzi Karolina?

Monika spojrziała na drugie krzesło, a Mistrz kontynuował.

- Wyobraź sobie, że Karolina jest ubrana w swoje typowe ubranie i siedzi w typowy dla siebie sposób. Postaraj wyobrazić to sobie jak najbardziej dokładnie.

Uczeń przyglądał się całej scenie z boku. Widział jak na twarzy Moniki pojawia się skupienie, gdy jej wzrok spoczął na drugim krześle. Było widać, że konieczność wyobrażenia sobie nie lubianej osoby sprawiła jej trudności. Tymczasem Mistrz kontynuował.

- Gdy już ją sobie dobrze wyobrazisz skiń głową.

Karolina przez chwilę koncentrowała całą swoją uwagę na drugim krześle, aż w końcu lekko skinęła głową.

- Teraz wyobraź sobie, że znajdujecie się w tym pomieszczeniu tylko wy dwie. I możecie w końcu szczerze ze sobą porozmawiać. Chciałbym abyś teraz powiedziała Karolinie wszystko, co tylko chcesz i możesz jej powiedzieć. Nie ograniczaj się.

Było widać, że polecenie Mistrza zaskoczyło Monikę. Wpatrywała się w „Karolinę” bez słowa.

- Śmiało - Mistrz próbował dodać jej odwagi.

Monika próbowała wydobyć z siebie słowa, ale głos uwiązł jej w gardle. Jednak po chwili wzięła się w garść i przemówiła do niewidocznej postaci.

- Karolino jestem na ciebie bardzo zła. Właściwie słowo zła to zbyt mało powiedziane. Jestem na ciebie wściekła. Moim zachowaniem bardzo mnie zraniłaś. Nawet nie wiesz jak wiele cierpienia mi sprawiłaś. Jak mogłaś

Uczeń i Mistrz w milczeniu słuchali toczącej się „rozmowy”. Dopiero teraz uczeń zdał sobie sprawę z tego, jak wiele przykrych uczuć związanych z Karoliną miała w sobie Monika. Tymczasem Monika wyrzucała z siebie kolejne zarzuty i uwagi pod adresem Karoliny. Było widać, że mówienie tego wszystkiego sprawiało jej wiele bólu. W końcu po paru minutach, gdy wyrzuciła już z siebie wszystko, zamilkła. Wtedy Mistrz ponownie zwrócił się do niej.

- Czy mogłabyś przypomnieć Karolinie, w jaki sposób poznałyście się?

- Było to w sklepie z ubraniami. Okazało się, że obydwu nam spodobała się ta sama sukienka. Obie jesteśmy bardzo podobnej budowy ciała. Ponieważ była to ostatnia sukienka, więc miałyśmy problem, która ją kupi. W pierwszej chwili omal nie doszło między nami do kłótni, jednak potem podeszłyśmy do całej sprawy z humorem i zaczęłyśmy rozmawiać o różnych sprawach. Zanim się zorientowałyśmy, wylądowałyśmy w jakiejś kawiarni i przegadałyśmy tam trzy godziny.

- Świetnie. A co spowodowało, że zaprzyjaźniłyście się?

- Na pewno to, że znalazłyśmy wspólny język. Potrafiłyśmy przegadać nawet pół dnia. Miałyśmy wspólne zainteresowania - pływanie, książki, rower. Ale najważniejsze było dla mnie to, że gdy byłam w emocjonalnym dołku, to zawsze Karolino potrafiłaś mnie wesprzeć. Byłaś moim oparciem.

- Czy to, że teraz nie masz tego oparcia, wpływa na twoje złe samopoczucie? - zapytał Mistrz.

- Tak - wyszeptała Monika.

- Czy możesz powiedzieć Karolinie jak widziałybyś wasze relacje, jeśli byście pogodziły się?

- Mogę spróbować - i Monika zaczęła mówić. Jej twarz stopniowo wypogadzała się, aż pojawił się na niej lekki uśmiech. Gdy skończyła, Mistrz odezwał się.

- To teraz możesz Moniko wstać z krzesła.

Monika posłusznie wstała.

- Czy mogłabyś teraz na głos policzyć od 1 do 20?

- Słucham?

- Czy mogłabyś zrobić to, to ważne.

- No dobrze. 1, 2, 3 20.

- Super.

- Tylko nie rozumiem dlaczego miałam to zrobić?

- Chodziło o to, abyś zmieniła punkt koncentracji uwagi i wyszła z emocji, w których byłaś siedząc na tym krześle. Bo teraz chciałbym, abyś usiadła nad drugim krześle, na którym siedziała Karolina.

Monika usiadła na drugim krześle.

- Teraz prosiłbym abyś na chwilę stała się Karoliną. Abyś przyjęła typową dla niej postawę, przypomnij sobie ile ona waży. Poczuj się w skórze Karoliny. Możesz zamknąć oczy.

Monika zamknęła oczy. Przez 3 minuty starała się wczuć w postać Karoliny. W końcu otworzyła oczy i powiedziała.

- Już.

- To świetnie. Teraz prosiłbym cię abyś wyobraziła sobie, że na drugim krześle siedzi Monika i ty jako Karolina chcesz jej coś powiedzieć. Opowiedz jej o tym, jak ty czułaś się, gdy wasza znajomość skończyła się tak nagle, jak czułaś się gdy przyjaźniłyście się oraz jak byś czuła się, gdyby wasza przyjaźń została odnowiona.

„Karolina” przez chwilę zastanawiała się co powiedzieć, a następnie zaczęła mówić. Trwało to około 10 minut. Uczeń zauważył, że Monika uspokoiła się i już nie było w niej tylu negatywnych emocji, co na początku ćwiczenia. Gdy skończyła, Mistrz poprosił ją.

- Świetnie. To teraz znowu wstań z krzesła i policz od 20 do 1.

Monika wykonała polecenie.

- Czas na trzecią część ćwiczenia. Teraz prosiłbym cię Moniko, abyś weszła na krzesło stojące z boku.

Monika bez słowa wykonała prośbę, a Mistrz kontynuował.

- Teraz masz możliwość spojrzenia na całą sytuację, na relacje zachodzące pomiędzy Moniką i Karoliną z zupełnie innej perspektywy - perspektywy obiektywnego obserwatora, który nie jest zaangażowany w tę sprawę. Zastanów się co taki obserwator może powiedzieć, obserwując wypowiedzi Moniki i Karoliny.

Monika ponownie zamyśliła się. Trwało to jakiś czas, aż w końcu odezwała się.

- Widzę tutaj dwie osoby, które bardzo się wzajemnie zraniły. A przecież miały taką wspaniałą przyjaźń.

- Czy jest szansa, że odnowią one tę przyjaźń? - zapytał Mistrz.

- Myślę, że jest na to szansa, jeśli któraś z nich uczyni pierwszy krok w kierunku pogodzenia się.

- Czy tą osobą mogłaby być Monika?

- Być może.

- Czyli uważasz, że jest szansa, że Monika przebaczy Karolinie i spróbuje naprawić ich relację?

- Myślę, że tak - odpowiedział „obserwator”.

- W takim razie zapraszam cię na dół. I tym razem policz od 0 do minus 20.

Monika wykonała polecenie. Gdy to zrobiła Mistrz odezwał się.

- Jak się czujesz?

- Chyba dobrze - odparła Monika.

- Jak teraz patrzysz na twoje relacje z Karoliną?

- Na pewno pozytywniej.

- Super. Proponuję, abys się z tym przespała, a jutro zastanowiła się nad podjęciem jakiś decyzji w tej sprawie. Ok?

- Ok.

- To co, chyba możemy wrócić do towarzystwa? - zaproponował Mistrz.

- Myślę, że tak. Bardzo dziękuję - powiedziawszy to Monika cmoknęła Mistrza w policzek. Następnie podeszła do drzwi, otworzyła je i wyszła z kuchni.

- Jestem pod wrażeniem - odparł uczeń.

- No cóż, ta technika faktycznie działa.

- Czyli Monika rzeczywiście skontaktuje się z Karoliną?

- Pewności oczywiście nie mamy. Za to na pewno to ćwiczenie spowodowało, że lżej jej zrobiło się na duszy.

- Miała szczęście, że trafiła na ciebie Mistrzu.

- Na pewno. Jednak tę technikę można też wykonać w pojedynkę. Wtedy odbywa się to bez osoby prowadzącej.
- Ja bym chyba tak nie potrafił.
- Przekonajmy się o tym. Mam dla ciebie zadanie domowe. Masz czas do jutra aby przy pomocy tej techniki odreagować negatywne emocje związane z twoimi rodzicami.
- Nie wiem, czy sobie z tym poradzę.
- Jest tylko jeden sposób, aby się o tym przekonać - należy spróbować. Ale nie musisz się tym zająć od razu teraz - powiedziawszy to Mistrz wstał i ruszył w stronę drzwi.

Rozdział 15

Czwartek

Rano cała czwórka usiadła do śniadania. Gdy tylko to zrobili, Darek zwrócił się do ucznia.

- Słuchajcie. Tak się z Agnieszką zastanawialiśmy. Jeżeli faktycznie masz teraz takie duże kłopoty, to moglibyśmy ci pozwolić spać w pokoju gościnnym przez jakiś czas, aż staniesz znowu na nogi. Co ty na to?

Uczeń był zaskoczony propozycją.

- Naprawdę byłaby taka możliwość?
- Jasne, gdy ja byłem uczniem Mistrza, mi też wielu ludzi pomogło stanąć na nogi.
- To super. Jestem wam bardzo wdzięczny.

Wtrącił się Mistrz.

- No widzisz. I jeden problem masz już z głowy.
- Tak, teraz jeszcze tylko potrzebuję znaleźć pracę.

Darek zwrócił się do ucznia.

- Niestety na razie nie udało nam się nic dowiedzieć w sprawie wolnego stanowiska pracy. Teraz nawet w Warszawie nie jest łatwo o pracę. Mam znajomą, która zanosí swoje podania, gdzie tylko może. Często okazuje się, że w danej firmie na rozpatrzenie czeka nawet kilkaset innych podań.
- Dlatego właśnie lepiej mieć coś, co będzie cię wyróżniać spośród innych ludzi szukających pracy - wtrącił się Mistrz.

- Np. co?
- Może masz jakiś fajny talent?
- Czy ja wiem? Chyba niestety przeceniasz mnie Mistrzu - z rezygnacją odparł uczeń.
- Mylisz się. Każdy człowiek ma jakiś talent. Tylko niestety wielu ludzi nie potrafi go odkryć.
- Dlaczego?
- Powodów może być wiele. Wina może leżeć po stronie rodziców lub szkoły, które nie pozwoliły danej osobie rozwinąć w pełni jej potencjału.
- To takie osoby jako dorośli ludzie już raczej nie będą w stanie rozwinąć tych talentów.
- Jak to nie? Pamiętaj, że żyjemy po kilkadziesiąt lat. Zapewniam cię, że to wystarczająco dużo, aby odkryć w sobie przynajmniej kilka talentów.
- Tak się zastanawiam. Może by rozkręcić jakiś własny biznes? Tylko skąd wziąć na niego pieniądze i co to miałyby być?
- Możesz zacząć od wymyślenia jakiegoś sposobu na udoskonalenie już działającego biznesu. Dzięki temu możesz uczyć się na cudzych błędach, ale równocześnie będziesz miał przewagę nad innymi, którzy prowadzą ten sam biznes.
- To co miałbym np. robić?
- To zależy wyłącznie od ciebie. Ja mogę ci podać przykład ludzkiej kreatywności. Chcesz?
- Pewnie.
- Jakiś czas temu czytałem, że w Głogowie powstał nowy zakład fryzjerski. Ze względu na dużą konkurencję na tym rynku, jego właściciele wpadli na pomysł jak uatrakcyjnić swój zakład. Polega on na tym, że pracujące w nim fryzjerki noszą tylko bieliznę oraz przezroczyste halki.
- A to pech. Nie mógł ten zakład powstać w Warszawie?
- Może ty założysz taki zakład u nas.
- To jest myśl. Oczywiście żartuję.
- Dlaczego? Ja bym chętnie wybrał się do takiego fryzjera, a raczej fryzjerki. A wracając do tematu. Możesz sobie sporządzić listę różnych zawodów, czy też biznesów i następnie staraj się je jakoś kreatywnie rozwinąć.
- Czemu nie?

Mistrz zerknął na zegarek.

- Czas do pracy.

Rozdział 16

Po dniu ciężkiej pracy* Mistrz i uczeń odpoczywali sobie w salonie na kanapie sącąc bezalkoholowe** napoje.

- Jak sądzisz uczniu, warto mieć duże czy małe marzenia?

- Mi w zupełności wystarczy, jeśli uda mi się zrealizować małe marzenia. Zresztą jaka jest szansa na to, że uda mi się zrealizować jakieś duże marzenie, nawet jeśli bym takie miał – żadna – stwierdził stanowczo uczeń.

- Nie tak szybko mój ambitny inaczej przyjacielu. Nie pamiętasz, co kiedyś napisał William Shakespeare?

- Niestety język polski nie był moją mocną stroną.

- "Nie ma takiej fantazji, której wola i rozum ludzki nie zdołałyby przekształcić w rzeczywistość." Co ty na to?

- No cóż. Shakespeare był pisarzem, więc mógł wypisywać, co mu się rzewnie podobało.

- Domyślam się, że w takim razie słowa Wergiliusza, iż "śmiałym szczęście sprzyja", też nie robią na tobie wrażenia?

- Dokładnie.

- Ty naprawdę nigdy nie miałeś wielkich marzeń?

- Oczywiście, że miałem. Jako dziecko. Na szczęście już z tego wyrosłem.

- To przykre.

- Rozumiem, że ty Mistrzu jesteś przeciwny skromnym marzeniom i zadawalają cię wyłącznie wielkie cele i marzenia.

- Wcale nie. Oczywistym plusem małych marzeń jest to, że łatwiej je osiągnąć. Dlatego warto mieć takie marzenia po to, aby móc zbierać pozytywne doświadczenia z realizacji marzeń.

- No właśnie - przytaknął skwapliwie uczeń.

* z tą ciężką pracą to lekka przesada. Jak zwykle uczeń i Mistrz przez cały dzień rozmawiali na najróżniejsze tematy.

** jasne ;-)

- Warto jednak również mieć duże marzenia, gdyż pozwalają one na postawienie wyżej poprzeczki. I nawet jeżeli uda nam się takie marzenie zrealizować tylko częściowo, to i tak będzie to znacznie więcej niż w przypadku marzenia małego. Dodatkowo duże marzenia w większym stopniu nas motywują do działania, gdyż nagroda za ich spełnienie jest wyższa. Dlatego jeżeli na drodze ku dużemu marzeniu pojawią się jakieś przeszkody, to nie zniechęcą one nas do podążania ku swojemu marzeniu (a może tak się stać w przypadku, gdy pojawią się przeszkody przy małych marzeniach).
- Łatwo Ci Mistrzu tak mówić. Ale przecież gdy wyznaczymy sobie bardzo ambitny cel, to bardzo trudno zacząć go w ogóle realizować.
- Nic podobnego. Wtedy należy wykorzystać zasadę małych kroków. Czyli chodzi o to, aby duże marzenia rozbić na wiele małych kroków, które jesteśmy w stanie zrealizować.
- To fajnie wygląda w teorii.
- Zasada ta pozwala ruszyć w kierunku realizacji nawet bardzo dużych marzeń. Gdy zaczynamy od takich małych kroków, to często na początku są to bardzo małe kroczki. Po pewnym czasie jednak, gdy zyskujemy nowe doświadczenia i wiedzę, to możemy zacząć robić te kroki trochę większe. Po pewnym czasie znowu większe, itd. W rezultacie stopniowo zaczynamy coraz szybciej pisać się ku naszemu marzeniu.
- Może jest to i jakiś pomysł, ale niekoniecznie dla mnie.
- Trudno cię do czegokolwiek przekonać.
- Jestem po prostu wymagającym uczniem.
- Mówisz wymagający? Ja bym cię raczej nazwał leniwym.
- Cóż każdy ma prawo do własnego zdania.
- Czy naprawdę nie korciły Cię wielkie cele lub marzenia? Nie myślałeś np. o zdobyciu Mont Everestu?
- A niby po co?
- Zapewniam Cię, że to niesamowite uczucie móc spojrzeć na świat z najwyższego miejsca na naszej planecie. Możesz się wtedy poczuć jakbyś miał świat u swoich stóp. Czujesz się niemal jakbyś był panem świata.

- Mówisz to Mistrzowi tak, jakbyś tam kiedyś był.
- No cóż. W młodości robiło się wiele ciekawych rzeczy - odparł skromnie Mistrz.
- Zaraz, zaraz. Chcesz powiedzieć, że zdobyłeś kiedyś Mont Everest?
- Dokładnie.
- A czym masz jakiś dowód na to? Jakieś zdjęcie, zaświadczenie z pieczęcią, jakiś żywych świadków?
- Te kpiny są nie na miejscu. Nie powinno się kpić z cudzych marzeń.
- To w końcu byłeś tam czy nie?
- To nie ma znaczenia. Ważne jest, abyś trochę odważniej zaczął podchodzić do swoich marzeń.
- Ach Mistrzu. Nie każdy musi mieć wielkie marzenia.
- Zgadza się. Ale czuję, że posiadasz duży potencjał, którego bez dużych marzeń nie będziesz w stanie zrealizować.
- Czyżbym się przesłyszał? Właśnie powiedziałeś mi komplement.
- Tak jakoś wysnęło mi się.
- Ale nadal mnie lubisz?

Mistrz i uczeń zgodnie wybuchnęli gromkim śmiechem.

Rozdział 17

Piątek

Mistrz i uczeń szli ulicą. W pewnym momencie mocniej zaczął wiać wiatr i lecąca z wiatrem kartka gazety trafiła prosto w twarz ucznia. Ten zirytowany zdarł kartę z twarzy i chciał ją wyrzucić, ale Mistrz chwycił go za rękę.

- Zaczekaj. Nie pamiętasz, o czym rozmawialiśmy parę dni temu?

Uczeń odpowiedział z ironią.

- Że nie należy za bardzo ufać gazetom?
- Chodzi mi o to, że nic nie zdarza się przez przypadek.
- Chcesz powiedzieć, że ta gazeta specjalnie mnie zaatakowała?
- Dokładnie.
- Tylko po co?
- Możemy to sprawdzić. Zobacz co jest w środku.

Uczeń zaczął przeglądać gazetę. Jego wzrok zatrzymał się na stronie z horoskopem.

- O sprawdźmy, co mnie spotka w najbliższym czasie. Skorpion.

Uczeń zaczyna czytać tekst swojego znaku zodiaku.

- Jezu, co za bzdura. Czy ktoś w ogóle wierzy w coś takiego? - wskazał głową na horoskop.

- Zdziwiłbyś się jak wielu, mimo tego, że takie gazetowe horoskopy są nic niewarte.

- Dlaczego?

- Te horoskopy są pisane pod masowe odbiorcę. Jeżeli faktycznie chcesz odkryć, co w gwiazdach piszczy, musisz skupić się na sobie.

- To znaczy?

- Musisz mieć horoskop zrobiony specjalnie dla ciebie.

- Czyli twierdzisz, że jednak astrologia może pomóc przewidywać naszą przyszłość?

- Zgadza się. Czy w to tak trudno uwierzyć?

- Żebyś wiedział.

- Ok. Jakby cię tu przekonać. Skoro wierzysz w Boga, to znaczy, że wierzysz też, że to on stworzył ten wszechświat. Prawda?

- No tak.

- A zatem skoro wszechświat został stworzony przez Boga, to Bóg chyba mógł tchnąć w niego trochę swojej boskości i stworzyć w nim pewne mechanizmy, mające dla człowieka naturę cudu?

- Może i tak.

- Tak więc spróbuj zaakceptować, że to Bóg stworzył taki porządek świata, w którym stworzone przez niego ciała niebieskie oddziałują na ludzi i ich życie.

- Łatwiej powiedzieć niż zrobić.

- Nie wiem czy wiesz, ale naukowcy już dawno odkryli, że różne ciała niebieskie mają wpływ na nasze życie.

- Pierwsze słyszę.

- Opowiem ci dowcip. Co by się stało, gdyby księżyc krążył wokół Ziemi 28 razy szybciej?

- Nie wiem.

- Kobiety krew by zalała!

- Powiedzmy, że to było śmieszne. Tylko co to ma wspólnego z tym, o czym mówimy.

- Ciała niebieskie, takie jak Księżyc czy Słońce mają wpływ na funkcjonowanie naszych organizmów. Nie wchodząc w szczegóły, ten wpływ może określać jak

funkcjonujemy. Czy np. jesteśmy pełni energii czy też przyklapnięci. Oczywiście na poszczególnych ludzi to oddziaływanie jest bardzo zróżnicowane.

- Dobrze, od dzisiaj będę kierował się gwiazdami.

- Ja wcale cię nie zachęcam do stosowania astrologii.

- Naprawdę? A ja głupi dałem się nabrać, że to właśnie próbujesz zrobić.

- W gruncie rzeczy chodzi mi o coś innego. Chodzi o tolerancję na poglądy innych ludzi. Np. tych którzy wierzą w astrologię. Nawet jeżeli dla nas ich poglądy są kompletną bzdurą, to powinniśmy zaakceptować ich odmienne podejście, bo kiedyś może się okazać, że to jednak oni mają rację. Weźmy najlepszy tego przykład. Jak wiesz, kiedyś sądzono, że cały wszechświat kręci się wokół Ziemi. Kto głosił inny pogląd, mógł nawet stracić głowę. A jednak to właśnie ci „bezgłowi” mieli rację. Zresztą to dotyczy niemal całej nauki. Gdy ktoś dokonywał jakiegoś nowego odkrycia, często jego odkrycie było wyśmiewane i nieakceptowane. Tak więc nie traktujmy ludzi o innych poglądach jak wariatów. Bo kiedyś może się okazać, że wariatami byliśmy my.

- O ile się orientuję to kościół katolicki nie uznaje astrologii.

- Mhm.

- Mam w takim razie Mistrzu do ciebie jeszcze jedno pytanie. Zadaje je sobie chyba każdy mieszkaniec tej planety.

- Słucham?

- Która religia jest tą prawdziwą religią?

- Co masz na myśli mówiąc prawdziwa?

- No ta, która została stworzona przez Boga i której wyznawcy mogą jako jedyni liczyć na niebo?

- Moim zdaniem nie ma takiej religii, ale wyznawcy poszczególnych religii pewnie się ze mną nie zgodzą.

- Jak to nie ma?

- Moim zdaniem nie ma jednej słusznej drogi do Boga. Czy nie można przyjąć założenia, że Bóg mógł stworzyć wiele religii, które różnią się między sobą?

- Tylko po co?

- Chociażby po to, aby dać ludziom wybór. Każdy może sobie wybrać tę religię, która mu najbardziej odpowiada.

- No tak, tylko z powodu istnienia różnych religii dochodzi do wielu nieszczęść, np. wojen religijnych.

- Tak, ale wina leży po stronie ludzi, którzy nie są na tyle tolerancyjni, aby zaakceptować w pełni ludzi o innym systemie wierzeń. Gdyby każdy człowiek na tej planecie akceptował prawo drugiego człowieka do wyznawania takiej religii, jaka mu odpowiada, to ten świat byłby znacznie lepszy.

- Chyba masz rację. Ale jak w takim razie przekonać ludzi do większej tolerancji na inne religie?

- Można im uświadomić kilka rzeczy.

- Co na przykład?

- Np. to, że nawet wyznawcy tej samej religii różnią się w swoim podejściu do niej. Gdyby wziąć dowolną grupę wyznawców jakiejś religii i zadać im bardzo szczegółowe pytania na temat ich życia i wiary, to okaże się, że przy odpowiednio dużej liczbie pytań nie znajdzie się dwóch ludzi o dokładnie tych samych poglądach.

- Skąd to wynika?

- Stąd, że każdy człowiek interpretuje religię na swój własny sposób. Nie zastanawiało cię, dlaczego wyznawcy tej samej religii mogą postępować w dokładnie odwrotny sposób? Tak mój drogi. Mimo że większość ludzi nie zdaje sobie z tego sprawy, to każdy z nas sam decyduje, jak interpretować święte pisma czy przykazania. Jako przykład można podać karę śmierci. Mimo, że kościół katolicki jest jej całkowicie przeciwny i jedno z 10 przykazań zakazuje zabijania, to większość Polaków jest za karą śmierci. Wiesz co to oznacza w praktyce?

Odpowiedź ucznia była zdecydowana.

- Nie.

- To, że na tym świecie mamy tak naprawdę tyle religii, ilu jest ludzi. Czyż to nie wspaniałe?

- Czy ja wiem?

- Dla mnie jest to wspaniały dar od Boga - dar wolnego wyboru.

- W związku z religią nasunął mi się jeszcze jeden temat do dyskusji.

- Jaki?

- Temat śmierci.

- Straaaaaasznie fajny temat. Boisz się śmierci?

- Jak każdy.

- To nieprawda. Ja się jej nie boję.

- Ale ty jesteś Mistrzem.

- Pochlebiasz mi, ale to nie oto chodzi. Znam wielu ludzi, którzy nie boją się o swoje życie, a nawet o życie swoich bliskich.
- Jak im się to udaje?
- Dużą rolę odgrywają tutaj właśnie wierzenia religijne. Ja np. wierzę w reinkarnację. Dla mnie pobyt w ciele jest czymś w rodzaju wycieczki, po której wracam do swojej prawdziwej postaci ducha. Tak więc śmierć jest dla mnie właściwie powrotem do domu.
- A jak ktoś nie wierzy w reinkarnację, to co ma zrobić?
- Wykorzystać swoje wierzenia. Według religii chrześcijańskich, jeżeli byliśmy za życia grzeczni, to po kopnięciu w kalendarz trafiamy do czyśćca lub do nieba. Są to miłe miejsca, więc nie ma powodu, aby ich bać się.
- Powiedzmy, a co z bliskimi? Dlaczego miałbym się nie bać ich śmierci?
- Z tego samego powodu - po śmierci trafiają do lepszego świata, więc zamiast ich opłakiwać, cieszymy się, że tam trafiają.
- No nie wiem, czy przekonasz do tego kogoś, kto stracił bliską osobę i cierpi z tego powodu.
- No cóż wielu ludzi cierpi nie dlatego, że żał im utraconej osoby, ale z pobudek egoistycznych.
- Jak to?
- Tak, tak. Wiele osób rozpacza dlatego, że musi żyć bez zmarłej osoby. I tak naprawdę to rozpaczają nad sobą, a nie utraconą osobą. I tym osobom mogę jedynie doradzić, aby bardziej uwierzyły w siebie, swoje możliwości, że są w stanie radzić sobie w życiu o własnych siłach.
- A jeżeli ktoś naprawdę cierpi z powodu utraconej osoby?
- Takie osoby mogą spróbować postawić się w sytuacji osoby, którą stracili.
- Nie rozumiem.
- To proste. Wyobraź sobie, że jesteś duszą zmarłej, bliskiej ci osoby, i że ta dusza obserwuje cię z zaświatów. Jak myślisz, czego taka duszy by ci życzyła?
- Skąd mam wiedzieć?
- Pomyśl. Chciałaby abyś cierpiał z powodu jej odejścia, czy też wolałaby abyś cieszył się życiem?
- Raczej to drugie.
- No właśnie. I jak sobie coś takiego pomyślimy, to od razu różnie nam się zrobi na duszy.

- Chyba masz rację.

Mistrz zmienił temat.

- Zaczyna mi burczeć w brzuchu. Zapraszam cię na przekąskę. Ja stawiam.
- Dobrze. Ale tym razem ja wybieram lokal.
- Ok. To gdzie idziemy?
- Jest kawałek stąd fajny lokal z kuchnią wietnamską. I jak jest ciepło, to wystawiają stoliki na dwór.
- W takim razie prowadzać uczniu.

Rozdział 18

Mistrz i uczeń usiedli przy stoliku na dworze. Uczeń z dużą przyjemnością zaczął zajadać gorącego psa (ang. hotdog).

- Mistrzu, tak się zastanawiam. Co warunkuje, że jedni ludzie odnoszą sukces, a inni nie? To znaczy wiem, że liczy się tu sposób myślenia, ale to chyba nie wszystko?
- Na sukces składać się może wiele elementów. Jednym z podstawowych jest umiejętność przewycięzania porażek. Jeżeli ktoś chce coś osiągnąć, to od czasu do czasu może mu się podwinąć noga, tak jak tobie ostatnio.
- No właśnie. W tej chwili nie mam raczej ochoty wspinać się do góry, wiedząc jak mogę później boleśnie spaść.
- Tak, ale to minie. Zobaczysz. Jak przebolejesz swoją obecną porażkę, to znowu przyjdzie ci ochota na samorealizację.
- Skąd to wiesz?
- Znam się trochę na ludziach. I ta umiejętność podnoszenia się z porażek wyróżnia ludzi sukcesu. Zapewniam cię, że każdy z nich w swoim życiu odniósł niejedną porażkę, ale nie poddawali się, tylko szli dalej lub zaczęli od początku. Poza tym na porażkę można spojrzeć w sposób pozytywny.
- A niby jak?
- Jeżeli poniosłeś porażkę, to oznacza to, że miałeś odwagę coś zrobić. Wielu ludzi tak bardzo boi się porażek, że wolą nic nie robić w życiu. I tutaj mam dla Ciebie dobrą i złą wiadomość. Zła wiadomość jest taka, że porażek nie uda się uniknąć. Robiąc coś nowego jest pewne, że będziesz popełniał błędy i będą Cię spotykać porażki. Dobra wiadomość jest taka, że te porażki wcale nie trzeba traktować jako coś złego.

- Jak to?
- Nie wiem czy wiesz, ale Edison zanim stworzył działającą żarówkę przeprowadził około 10 tysięcy nieudanych prób! Jednak nie traktował ich jako porażek - każda nieudana próba pokazywała mu, jak nie należy konstruować żarówki. Dzięki temu był w stanie w końcu stworzyć działającą żarówkę.
- Jeśli ja miałbym próbować coś robić 10 tysięcy razy, to bym chyba umarł już po setce*.
- Najwidoczniej brakuje ci cierpliwości i wytrwałości. Proponuję Ci abyś swoje dotychczasowe porażki potraktował jako informację zwrotną, z której możesz wyciągnąć konkretne informacje.
- A niby jak mam to zrobić?
- Najczęściej każda porażka daje dwie korzyści: pozwala Ci zdobyć nowe doświadczenia, tak pozytywne jak i negatywne, oraz nową wiedzę na temat tego, co nie działa (wtedy można zacząć robić to w bardziej skuteczny sposób).
- No dobrze. Ale co mam zrobić, jeśli dopiero obawiam się jakieś porażki?
- W takich sytuacjach warto stworzyć czarny scenariusz. Należy zastanowić się co najgorszego może wydarzyć się i co w takiej najgorszej sytuacji będziemy w stanie zrobić, aby ocalić swoją skórę.

Oto przykład z życia jednego z moich byłych uczniów, jak działa ta technika. Na studiach wynajmował on pokój w mieszkaniu pewnego emeryta. Ponieważ wtedy pracował jako dziennikarz specjalizujący się w tematyce Internetu, dlatego jego głównym narzędziem pracy był komputer. Gdy emeryt wyjechał na parę tygodni do sanatorium, uczeń zaczął martwić się, że podczas jego nieobecności w mieszkaniu ktoś mógłby włamać się i ukraść komputer. Ponieważ nie mógł ubezpieczyć komputera od kradzieży, więc nie dawało mu to spokoju.

Aż w końcu zaczął zastanawiać się, co najgorszego może się zdarzyć, jeżeli ukradną mu komputer. Myśląc nad tym przez parę dni zauważył, że niedaleko miejsca gdzie mieszkał, znajdowała się kawiarnia internetowa. Postanowił tam zajrzeć. Okazało się, że w tej kawiarni za 150 zł można kupić miesięczny karnet na korzystanie z komputera na nieograniczoną liczbę godzin. Dla porównania on w tamtym czasie za dostęp do Internetu w mieszkaniu płacił 120 złotych co miesiąc.

* nie chodzi o alkohol.

Tak więc okazało się, że dopłacając tylko 30 złotych może mieć przez dowolną ilość czasu dostęp do komputera i do Internetu w kawiarni.

Efekt tego odkrycia był oczywiście taki, że przestał martwić się tym, że ktoś może mu ukraść komputer.

- A co jeśli okaże się, że nie znajdujemy żadnego satysfakcjonującego nas wyjścia z sytuacji, której się obawiamy?

- Wtedy, moim zdaniem, warto pomyśleć nad dokonaniem zmian, które pozwolą nam złagodzić sytuację, która nas martwi. Jeżeli np. chcemy założyć firmę i obawiamy się, czy pozwoli nam ona utrzymać się, to możemy przyjąć rozwiązanie, że w początkowym okresie własną firmę potraktujemy jako coś dodatkowego i nadal będziemy pracować gdzieś na etacie. Ale jeśli mam być z tobą absolutnie szczery, to uważam, że przeciętny człowiek zdecydowanie zbyt często martwi się rzeczami, które w ogóle ostatecznie nie wydarzają się. Jak zapewne możesz domyślić się, nikt mojemu byłemu uczniowi komputera nie ukradł.

- Chyba rzeczywiście masz tu trochę racji.

- Myślę, że więcej niż trochę. Spróbuj zastanowić się ile rzeczy, którymi się kiedykolwiek zamartwiałeś, nie spełniło się.

- Na pewno było tego sporo.

- No właśnie.

- Masz rację Mistrzu. Ale nawet ludzie sukcesu muszą obawiać się w jakimś stopniu porażki.

- Na pewno. Ale można się na nią przygotować. Należy pomyśleć, co stanie się, gdy poniesiesz porażkę, a następnie przedsięwziąć kroki, które pozwolą ją jak najłagodniej znieść. A więc jeśli porażka będzie oznaczać stratę pracy i mieszkania, to zawczasu dogadaj się z jakimś znajomym, że w razie problemu z mieszkaniem będziesz mógł u niego trochę pomieszkać. Możesz też przygotować sobie awaryjny plan szukania pracy.

Nie wiem, czy zwróciłeś na to, uwagę, że niektórzy ludzie boją się realizować swoje marzenia, gdyż samo myślenie o marzeniach już ich uszczęśliwia. Więc dochodzą do wniosku, że jeśli urzeczywistniliby swoje marzenia, straciliby powód do szczęścia.

- Tak, chyba masz rację. Przypomina mi się fragment pewnego amerykańskiego filmu, gdzie jeden z bohaterów mówi sam do siebie. „Od dawna myślę o tym, aby popełnić samobójstwo. I ta myśl trzyma mnie przy życiu.”

- Innym powodem, dla którego ludzie boją się realizować swoje cele i marzenia jest obawa przed krytyką. Jeżeli coś zaczynamy robić, to jest szansa, że znajdzie się ktoś, komu to nie spodoba się.

- No właśnie. Znam to z własnego doświadczenia. Skąd bierze się u ludzi taka duża chęć krytykowania innych?

- Powodów może być wiele. Dla części ludzi wszelkie zmiany są czymś negatywnym, gdyż oznaczają koniec ich ustabilizowanego, chociaż często żalostnego życia. I gdy ktoś próbuje dokonywać jakichś zmian, które nawet tylko teoretycznie mogą spowodować zmiany w życiu tych ludzi, oni zaczynają się bronić m.in. przez krytykowanie. Innym powodem może być chęć pomniejszenia zasług innych ludzi, tak aby własne porażki nie biły im mocno w oczy.

- To jak można się bronić przed krytyką?

- Nie ma większego sensu starać się walczyć z krytykującymi cię ludźmi. W ten sposób możesz tylko pogorszyć swoją sytuację - ich nie przekonasz do zmiany zdania, a sam siebie nieźle wkurzysz. Najlepiej wyrobić u siebie nawyk ignorowania krytyki, oczywiście tej złośliwej. Bo czasami zdarza nam się usłyszeć krytykę jak najbardziej konstruktywną i taka krytyka może być dla nas prawdziwym skarbem, gdyż pozwala nam wyeliminować nasze błędy. Za każdym razem, gdy pod naszym adresem pada jakaś złośliwa krytyka, możemy powtarzać sobie powiedzenie, że nie kopie się tylko zdechłego psa. I taka złośliwa krytyka może być miarą naszego sukcesu.

Normalny, tolerancyjny i szczęśliwy człowiek nie potrzebuje na wszelkie sposoby krytykować innych. Tak więc gdy ludzie staną się naprawdę szczęśliwi, to potrzeba krytykowania innych zaniknie.

- No tak. Ale w naszym kraju to raczej nieszybko nastąpi.

- Pamiętaj o tym, że my sami też możemy uszczęśliwiać innych ludzi.

- W jaki sposób?

- Są tysiące sposobów.

- Poproszę ich listę.

- Możesz np. wysłać miłe SMSy do swoich znajomych.

- Sprecyzuj Mistrzu słowo „miłe”.

- Podam ci przykład. Spotkałeś się ze znajomymi. Następnego dnia możesz do nich wysłać SMSa o treści: „Wczorajsze spotkanie było super. Ciesze się, że mogliśmy się razem spotkać.” I to wystarczy. Nawet możesz wysłać SMSy bez jakiegokolwiek okazji.

Np. „Naprawdę robisz wiele wspaniałych rzeczy. Tak trzymać.” Oczywiście treść SMSa musi być zgodne z prawdą.

- No tak, tylko pamiętaj o tym, że to kosztuje.
- Ach te wymówki. Znajdziesz dziurę we wszystkim.
- Cóż. Każdy ma jakiś talent.
- Jak trochę pomyślisz, to możesz znaleźć wiele sposobów na uszczęśliwianie innych. A tak w ogóle to twoim zdaniem od czego zależy szczęście?
- Wydaje mi się, że może zależeć od wielu rzeczy.
- No na przykład jakich?
- Chociażby od tego, czy ma się pracę, mieszkanie, kogoś bliskiego.
- A więc brak tych rzeczy może powodować, że trudno być szczęśliwym?
- Dokładnie.
- A czy ja według ciebie jestem człowiekiem nieszczęśliwym?
- Czy ja wiem?
- Nie wiesz?
- No cóż, wyglądasz na szczęśliwego, ale to mogą być tylko pozory.
- A niby dlaczego miałbym udawać szczęśliwego?

Uczeń odpowiedział niepewnie.

- Żeby być mniej nieszczęśliwym?
- Na pewno rozumiesz co mówisz?
- Pewnie mnie zaraz przekonasz, że mówię same bzdury.
- Bzdury to może nie, ale rzeczy, które są dalekie od prawdy. Czy ci się podoba czy nie, ja uważam się za człowieka naprawdę szczęśliwego. I to mimo tego, że nie mam pracy, mieszkania. I pewnie się zastanawiasz jak to możliwe?
- Jesteś jasnowidzem czy co? - uczeń nie może się powstrzymać od złośliwości.

Mistrz z spojrzał na ucznia, nie reagując na jego złośliwość. Po chwili zaczął swój wykład.

- Istnieją dwa główne sposoby dochodzenia do szczęścia. Pierwszy sposób jest ci dobrze znany. Polega on na tym, że szczęśliwi będziemy wtedy, gdy np. będziemy mieli mieszkanie, dużo pieniędzy, wielu przyjaciół. A więc szczęście uzależniamy od czynników zewnętrznych.
- A co w tym złego?
- Nie powiedziałem, że to coś złego. Jednak to rozwiązanie ma swoje wady, czego ty jesteś najlepszym przykładem. Gdy stracimy zewnętrzne przyczyny naszego

szczęścia, tracimy i samo szczęście. To nie wszystko. Często w pogoni za szczęściem dążymy do rzeczy, które tak naprawdę nas nie uszczęśliwią. Mogą to być np. pieniądze. Oczywiście są ludzie, którzy dzięki temu, że mają dużo pieniędzy, są bardziej szczęśliwi. Ale jest też wiele osób, którym pieniądze nie tylko nie pomogły w zdobyciu szczęścia, ale jeszcze im odebrały to szczęście, które już miały.

- Dlaczego?

- Zarabianie pieniędzy może być bardzo nieszczęśliwym zajęciem, szczególnie gdy nie lubimy swojej pracy i kosztuje nas ona bardzo wiele wysiłku.

- Czyli sugerujesz, że lepiej nie starać się zarabiać dużych pieniędzy?

- Nic podobnego. Sugeruję tylko, aby robić to mądrze, aby już sama praca była dla nas czymś przyjemnym i dawała nam szczęście. Bo w przeciwnym wypadku możemy się bardzo rozczarować, gdy po latach ciężkiej, unieszczęśliwiającej nas pracy, okaże się, że osiągnięty przez nas cel wcale nam szczęścia nie przyniósł.

- To nawet ma sens.

- Ciekawe czy zgodzisz się z dalszą częścią wywodu. Czy wiesz w jakim kraju ludzie są najbardziej szczęśliwi?

- W Polsce?

- Widzę, że wraca ci poczucie humoru. To dobrze. Według przeprowadzonych w 2002 roku badań, najszczęśliwsi są Gwatemalczyki. Wiesz, w ogóle, gdzie leży Gwatemala?

- Nie za bardzo.

- W Ameryce Środkowej. Ale to nie ma właściwie znaczenia. Ważne jest to, że nie jest to zbyt bogaty kraj, a mimo to aż 71 procent jego mieszkańców uważa się za ludzi szczęśliwych. Dla porównania w USA za szczęśliwych uważa się 64 procent.

- Czyli niedużo mniej.

- Tak, tylko dochód na mieszkańca w USA jest znacznie większy niż w Gwatemali. Nie ciekawi cię, jaki procent Polaków jest szczęśliwy?

- Ciekawi.

- 28 procent.

- Czyli nie jest tak tragicznie.

- Można tak na to spojrzeć. Ale dla porównania w Czechach wynosi on 41 procent.

- Szczęściarze.

- Ale to nie wszystko. Czesi są też bardziej zadowoleni ze swoich pensji, mimo, że zarabiają mniej niż Polacy. Jak sądzisz? Dlaczego tak jest?

- Nie mam pojęcia.
- Pomyśl.
- Już wiem! To dlatego, że w Czechach jest znacznie tańsze piwo. I za mniejszą pensję mogą kupić więcej piwa niż my.
- Spytałem z ciekawości. Jesteś alkoholikiem?
- Nie.
- Odpowiedź na moje pytanie jest następująca. To nie ma znaczenia. Ważne jest, że pieniądze nie przesądzają o tym, jacy jesteśmy szczęśliwi.
- Ale zgodzisz się, że ktoś kto nie ma grosza przy duszy, tak jak ja, ma powody, aby nie czuć się szczęśliwym?
- Raczej ktoś taki jak ty potrzebuje nieco więcej wysiłku, aby poczuć się szczęśliwym.
- Łagodnie powiedziane.
- Dobrze, dobrze. Chyba trochę za bardzo poszliśmy w stronę pieniędzy. Proponuję wrócić do początku. Jak więc już mówiłem, nasze szczęście możemy uzależnić od czynników zewnętrznych.
Uczeń wtrącił.
- Takich jak pieniądze.
Mistrz zerknął na niego groźnie.
- To uzależnienie może powodować, że staniemy się zwykłym niewolnikiem, którym inni będą w stanie dowolnie manipulować.
- Chyba trochę przesadzasz.
- Czyżby. Jestem ciekaw, co byś był gotów teraz zrobić, aby dostać pracę?
- Na pewno sporo rzeczy.
- A widzisz. Zapewniam cię, że w pewnych sytuacjach takie zniewolenie może prowadzić człowieka do najgorszych rzeczy, nawet do morderstwa.
- Znowu przesadzasz.
- Podam ci konkretny przykład. Pewien Włoch podczas rozprawy rozwodowej wyciągnął pistolet i zastrzelił swoją żonę. Był on tak od niej uzależniony, że nie mógł znieść tego, że ona mogłaby od niego odejść. I wolał ją zabić, niż pozwolić jej cieszyć się życiem.
- To okropne. Czyli nie powinniśmy naszego szczęścia uzależniać od innych?
- Tak by było najlepiej. Ale wymaga to dużo pracy. Lepiej najpierw skupić się na tym, aby czynniki zewnętrzne wykorzystywać w najlepszy dla nas sposób.
- To znaczy?

- To oznacza, że to my powinniśmy nad nimi panować, a nie one nad nami. Zapewniam cię, że jeżeli kiedyś uda ci się to opanować, staniesz się w dużym stopniu wolnym człowiekiem.

- W dużym stopniu?

- Aby stać się wolnym całkowicie, musisz pójść znacznie dalej. I tutaj dochodzimy do drugiego sposobu dochodzenia do szczęścia.

- Mam nadzieję, że jest łatwiejszy w realizacji.

- Jest banalnie łatwy.

Mistrz zamilkł na chwilę. Zniecierpliwiony uczeń ponaglił go.

- To znaczy jaki?

Mistrz uśmiechnął się.

- Wystarczy, że zdecydujesz się być szczęśliwy.

Uczeń mimowolnie powtórzył słowa Mistrza.

- Wystarczy, że zdecydujesz się być szczęśliwy.

Uczeń przez chwilę analizował te słowa w myślach, po czym wybuchnął śmiechem.

- Prawie dałem się nabrać. Ale ja naprawdę chcę poznać tą drugą możliwość.

- Właśnie ją usłyszałeś.

- Wolne żarty.

Nic podobnego. Przypomnij sobie zagadnienie związane z napełnioną do połowy szklanką.

- A tak. Dla optymisty ta szklanka jest w połowie pełna, a dla pesymisty w połowie pusta.

- Dokładnie. To my decydujemy o tym, jak interpretujemy różne wydarzenia, jakie wywołują w nas emocje. Zauważ, że i optymista i pesymista mają rację ze swojego punktu widzenia. Czy zatem nie lepiej wybierać taki punkt widzenia, który będzie nas uszczęśliwiał?

- Chyba tak. Ale to nie jest takie proste.

- Oczywiście, ale to jest kwestia odpowiedniej praktyki - mówienia sobie, że mogę zdecydować się być szczęśliwym, gdyż szczęście jest stanem umysłu.

- No, czy ja wiem.

- Aby sobie pomóc, możesz wykorzystać inteligencję emocjonalną, o której już rozmawialiśmy. Przypomnę ci, że na składa się na nią pięć rodzajów działań. Pierwsze z nich to znajomość własnych emocji, pozwalająca na rozpoznawanie

emocji w momencie, gdy się one pojawiają. Drugie to kierowanie emocjami - zdając sobie sprawę z tego, jakie emocje w danej chwili mają miejsce, możemy starać się nad nimi zapanować. Następne działanie to zdolność motywowania się, dająca możliwość koncentracji uwagi, samomotywacji, opanowania i twórczej pracy. Czwarte polega na rozpoznawaniu emocji u innych czyli empatia. I ostatnie działanie to nawiązywanie i podtrzymywanie związków z innymi.

Ale wracając do szczęścia. Pierwszym działaniem wchodzącym w skład inteligencji emocjonalnej jest krytyczne z naszego punktu widzenia. To właśnie znajomość własnych emocji jest kluczem do ich kontrolowania. No bo jak można kontrolować coś, czego nie znamy? Chodzi o to, o czym wspominał ci już Darek, że aby zmienić nasze emocje, najpierw musimy sobie zacząć zdawać sprawę z ich istnienia i ich wpływu na nas. Wyobraź sobie taką sytuację. Klócisz się z kimś. Bardzo trudno w takiej sytuacji jest się samemu uspokoić. A wiesz dlaczego? Ponieważ koncentrujesz się na drugiej osobie i walce z nią. Gdybyś zamiast tego skoncentrował się na swoich myślach i emocjach, byłbyś w stanie uspokoić się.

- Brzmi to zbyt prosto.

- Ale tak to wygląda w praktyce. Jeżeli w trakcie kłótni zaczniesz analizować swoje emocje, automatycznie twój gniew i wola walki zmniejszą się, gdyż przestajesz się w pełni skupiać na samej walce. To oczywiście jeszcze nie wystarczy, aby uspokoić się. Następnie musisz podjąć decyzję: czy chcesz nadal klócić się, czy też postanawiasz zachować zimną krew.

- I to wystarczy?

- Tak, ale starając się przejąć kontrolę nad swoimi emocjami musisz uzbroić się w cierpliwość. To nie jest umiejętność, którą udaje się opanować w tydzień czy miesiąc. Z początku na pewno nie będzie ci to zbyt dobrze wychodzić. W stanach wzburzenia po prostu nie będziesz pamiętał o tym, że masz panować nad emocjami. Jednak za każdym razem, gdy emocje już opadną, nie staraj się winić siebie za to, tylko dokładnie przeanalizuj swoje wybuchy emocji i postanów, że następnym razem spróbujesz pamiętać o panowaniu nad emocjami. To może zająć sporo czasu, aż uda ci się po raz pierwszy np. podczas kłótni przypomnieć sobie o kontroli emocji. I to już będzie twój duży sukces. Jeżeli będziesz stale nad tym pracował to zauważysz, że z biegiem czasu coraz częściej, gdy tylko zaczną się w tobie burzyć negatywne emocje, przypomnisz sobie o możliwości ich kontrolowania. I w końcu

kiedys może nadejść taki dzień, gdy będziesz w stanie panować nad emocjami w każdej sytuacji.

- Mam pewną wątpliwość.

- Wątpić jest rzeczą ludzką.

- Jeżeli nie wybuchnę gniewem, to czy moje negatywne emocje, nie mając możliwości ujścia, będą dusić mnie od środka? Podobna tak jest w przypadku niektórych ludzi, którzy hamują swoje emocje, aż w końcu tyle się ich w nich gromadzi, że wybuchają z ogromną siłą.

- Istnieje takie niebezpieczeństwo, ale to o czym mówię nie polega na dławieniu emocji, tylko na ich zmianie. Pomyśl. Kłócisz się z kimś. Po kłótni czujesz się z reguły źle. Masz żal do tej drugiej osoby. Jeżeli jednak uda ci się uniknąć kłótni lub też zakończyć ją w pozytywny sposób, wtedy nie ma negatywnych emocji, które mógłbyś w sobie dławić. Tak więc warto panować nad negatywnymi emocjami, ale w taki sposób, aby je przemieniać w emocje pozytywne. KaPeWu?

- Ok.

Uczeń właśnie skończył jeść posiłek.

- To co robimy teraz Mistrzu?

- Jest taka ładna pogoda, że proponuję iść na spacer.

- Jestem za.

Mistrz i uczeń wyszli z kawiarni wietnamskiej i ruszyli przed siebie.

Rozdział 19

Sobota

Mistrz i uczeń spacerowali po warszawskich ulicach rozmawiając. Uczeń niemal już zapomniał o swojej nienajlepszej sytuacji. W końcu Mistrz zwrócił się do ucznia ze słowami.

- Przekazałem ci już sporo wiedzy. Ale przyda ci się jeszcze kilka praktycznych rad, które możesz wykorzystać w życiu.

- Zamieniam się w słuch.

- Proponuję abyś zainteresował się empatią, bo zdecydowanie ci jej brakuje. Umiejętność zrozumienia punktów widzenia innych ludzi może być bardzo przydatna.

Uczy tolerancji. Poza tym dzięki niej będziesz w stanie niemal odgadywać myśli kobiet.

- A mężczyzn?

- Z odgadywaniem myśli mężczyzn nikt nie powinien mieć problemów.

- Dlaczego?

- Przecież wiadomo, że faceci myślą tylko o jednym.

- Naprawdę zabawne.

- Wiem.

- Ale jak mam rozwijać empatię?

- To dosyć proste. W codziennym życiu staraj zastanawiać się nad sposobem myślenia innych ludzi. Staraj się niemal odgadywać ich myśli, ich pragnienia, cele i motywacje. I to możesz robić w stosunku do każdego - sprzedawczyni w sklepie, swojej rodziny, osoby publicznej, a nawet przestępcy. Jest to nie tylko świetny trening, ale i niezła zabawa.

- Faktycznie może to być ciekawe.

- Inna rada, którą mogę ci dać, polega na tym, abyś dzielił się z innymi tym co masz.

- W chwili obecnej raczej nie mam czym się dzielić.

- Nic podobnego. To przecież nie musi być jakieś dobro materialne. Możesz np. obdarowywać innych uśmiechem czy pogodą ducha. To już naprawdę coś. Może znasz powiedzenie, że to co dajemy innym, wraca do nas z wielokrotnością.

- A tak. Widziałem kiedyś kampanię na ten temat w MTV.

- To powiedzenie obrazuje pewną prawdę.

- Jaką?

- Że podobne przyciąga podobne. A więc jeżeli będziesz pogodny i uśmiechnięty, to będziesz przyciągał do siebie podobnych ludzi. I odwrotnie, jeżeli będziesz ciągle marudził, to w twoim otoczeniu zaroi się od marud.

- Dobrze. Co dalej?

- Staraj się szukać inspiracji do rozwoju, gdzie tylko możesz. Może to być cokolwiek, jakaś książka, film.

- A jakie filmy mi możesz polecić?

- Czy widziałeś film Matrix?

- No jasne! To jeden z moich ulubionych filmów.

- A czy wiesz, że dla wielu ludzi ten film niesie przekaz o ważnych prawdach życiowych?

- Kpisz sobie ze mnie?
- Nic podobnego. Radzę ci jeszcze raz obejrzeć ten film i przyjąć, że przedstawione tam wydarzenia są artystyczną wizją funkcjonowania naszego życia.
- Ok. Czemu nie. A jakie są jeszcze inne możliwości zmian w naszym życiu?
- To może być cokolwiek. Np. poprawa naszej kondycji fizycznej. Podam ci dwa przykłady.
- Słucham.
- Uprawiasz jakiś sport?
- W tej chwili nie.
- To widać - Mistrz krytycznie przyjrzał się uczniowi. - A przecież wystarczy tylko trochę chęci i można dzięki sportowi poprawić funkcjonowanie swojego organizmu, a przy okazji zwiększyć motywację do pracy nad sobą.
- No tak, tylko że uprawianie sportu wymaga czasu i często jakiś pieniędzy.
- Wcale tak nie musi być. Pamiętam jak wiele lat temu należałem do ludzi, których zainteresowanie sportem ograniczało się do oglądania go w telewizji. Ale w końcu postanowiłem sobie, że muszę jakoś zacząć dbać o zdrowie i zacząć coś ćwiczyć. I zdecydowałem się na bieganie. Tak się składało, że obok mojego domu był bardzo ładny park. Więc postanowiłem zacząć tam biegać. Niestety po pierwszym dniu miałem dość.
- Dlaczego?
- Okazało się, że bez odpowiedniego przygotowania kondycyjnego, jestem w stanie przebiec zaledwie kilkaset metrów. Poza tym nie odpowiadało mi to, że ludzie trochę dziwnie na mnie patrzyli oraz że musiałem tracić czas na przebieranie się przed i po powrocie z dworu.
- Czyli nic z tego nie wyszło?
- Wyszło, gdy zmieniłem miejsce biegania. Postanowiłem, że do parku będę chodził dla przyjemności, aby podziwiać przyrodę, a biegać będę w domu.
- W domu? Czyli co, kupiłeś sobie taką ruchomą bieżnię?
- Skądże. Szkoda było mi na to pieniędzy. Po prostu zacząłem biegać po podłodze i po całym mieszkaniu. Brzmi to może trochę dziwnie, ale tak naprawdę nie różni się to zbyt od biegania na dworze. No może tylko tym, że jest mniej wyczerpujące. Aczkolwiek i tak z początku byłem w stanie biec tylko przez 1-2 minuty. Ale po tygodniu takiego biegania, gdy już się do tego przyzwyczaiłem, zacząłem zwiększać

czas biegania o 10 sekund dziennie. I w rezultacie po 3 miesiącach doszedłem do 15 minut biegania.

- Dostałeś za to jakiś medal?

- Niestety nie, ale miało to bardzo pozytywny wpływ na moją psychikę.

- Czemu?

- Jak już ci mówiłem, na początku byłem w stanie biec przez zaledwie 2 minuty. Trudno mi było wtedy uwierzyć, że kiedyś będę w stanie biec ponad 7 razy dłużej. A jednak okazało się to możliwe i to bez większego wysiłku. I właściwie każdy człowiek może to osiągnąć.

- No tak, tylko takie bieganie w domu musi być strasznie nudne.

- Wcale nie. Można puścić sobie muzykę czy nawet włączyć telewizor. Jeżeli mamy w domu kota czy psa, to zapewniam cię, że oni chętnie się do ciebie dołączą.

- No dobrze. A drugi sposób na poprawę zdrowia?

- Jest on przeznaczony dla osób palących papierosy.

- Ja nie palę papierosów.

- To masz szczęście. Ale palacze też mają szczęście, gdyż mają prosty sposób na poprawę swojego zdrowia - mogą rzucić palenie.

- Z tego co wiem, rzucanie palenia wcale nie jest takie łatwe.

- Oczywiście. Aby to zrobić, potrzebna jest odpowiednia motywacja. Często sama chęć rzucenia nie wystarcza.

- To co może być skuteczną motywacją?

- Może to być chęć kontrolowania swojego życia. Bo jeżeli palimy papierosy, to oznacza to, że nałóg kontroluje nas.

Uczeń nawet nie zauważył, że weszli na teren parku. Mistrz usiadł na pierwszej z brzegu ławce.

Rozdział 20

Przez dłuższą chwilę Mistrz i uczeń obserwowali co dzieje się w parku. Jakiś staruszek karmił gołębie. Matka z dzieckiem bawiła się w berka. W powietrzu czuć było zapach zbliżającej się powoli jesieni. Było naprawdę bardzo przyjemnie.

W końcu uczeń odezwał się.

- Tak sobie myślę.

- To dobrze, że myślisz. Niektórzy nie robią nawet tego. A przecież myślenie nie boli.

- No właśnie. Tak sobie myślę, że warto byłoby wiedzę, którą mi przekazałeś, udostępnić innym ludziom. Gdyby tak każdy człowiek wiedział tyle co ja teraz, to ten świat byłby na pewno lepszy.

- Co stoi na przeszkodzie, abyś przekazał tę wiedzę innym?

Uczeń zaczął drapać się ręką po policzku

- Czy ja wiem? Chyba bym nie podołał? A poza tym jak miałbym to zrobić?

- Możliwości masz wiele. Możesz np. napisać książkę, której będziesz głównym bohaterem i w której opisziesz swoją historię od momentu poznania swojego cudownego Mistrza.

Uczeń przez chwilę zastanawiał się nad propozycją Mistrza. Po chwili na jego twarzy pojawił się coraz większy uśmiech. Widać, że ogarnia go entuzjazm.

- Fantastyczny pomysł! (ja też tak sądzę - przyp. Autor)

Ale nagle mina mu zrzędła.

- No tak, ale samo napisanie książki to pół biedy. Co potem? Gdzie znajdę wydawcę? Może ty Mistrzu znasz kogoś, kogo mogłaby zainteresować taka książka?

Mistrz popatrzył na ucznia szelmowsko.

- A znam jednego. Ty zresztą też.

Uczeń ze zdziwienia ściągnął brwi i próbował w pamięci odszukać jakieś informacje na temat takowej osoby.

- Poważnie? Jak on się nazywa?

- Internet.

- Internet?

- Możesz swoją książkę opublikować sam w Internecie.

- A o to ci chodzi. Tylko, że wtedy na tym zbyt dużo nie zarobię.

- Ale z ciebie chciwy drań.

- Niech ci będzie. Nie wezmę za nią ani grosza.

- Ależ wcale nie o to chodzi. Jak najbardziej możesz brać za tę książkę pieniądze. W końcu będziesz musiał na jej napisanie poświęcić sporo czasu i wysiłku.

- Ok. Zrobię tak. Tylko jaki tytuł miałaby mieć ta książka?

- A o czym ona tak naprawdę by opowiadała?

- O wielu rzeczach.

- Jakbyś miał te wszystkie rzeczy zsumować w jedną, to co byś wybrał?

- Czy ja wiem? Chyba bym uznał, że chodzi o poszukiwanie sensu życia.

- I masz już tytuł.

- Miałaby nazywać się „O poszukiwaniu sensu życia”?
- Możesz tytuł nieco skrócić.
- Już wiem. Będzie nazywać się „Sens życia”!
- Bingo!
- No tak, tylko, że ja jeszcze nie wiem jaki jest sens życia.
- Spokojnie. Dowiesz się tego.
- A jeśli nie?
- To wtedy sam ci powiem czym jest sens życia. Ok?
- Ok - uczeń zamyślił się na chwilę. Na jego twarzy zaczął ponownie pojawiać się coraz większy uśmiech.
- Łał. Już widzę te tłumy fanów! Te autografy i wywiady. To jest naprawdę niezły pomysł!
- Tylko żeby sława nie uderzył ci za bardzo do głowy.
- Spoko, spoko. Poradzę sobie.
- Zobaczymy.
- Mam jeszcze jedno pytanie Mistrzu.
- Tak?
- Domyślałem się, że nie będziesz chciał Mistrzu udziału w zyskach ze sprzedaży tej książki?
- Twoja domyślność jest niesamowita.
- To nic wielkiego - odpowiedział skromnie uczeń.
Ich rozmowę przerwało gniewne wołanie.
- Natychmiast przestań!

Mistrz i uczeń odwrócili głowy w stronę, z której dochodził głos i zobaczyli kobietę, która wołała do swojego dziecka, które zaczęło taplać się w pobliskiej kałuży. Dziecko spojrzało na matkę, a następnie z satysfakcją zaczęło dalej taplać się. Matka ponownie zawołała.

- Natychmiast wyjdź z tej kałuży!

Na dziecku nie zrobiło to żadnego wrażenia. Zniecierpliwiona matka wstała z ławki, podeszła do kałuży i za rękę wyciągnęła z niej dziecko. To zaczęło płakać.

Mistrz powoli wstał z ławki. Uczeń poszedł w jego ślady.

- Koniec tego dobrego. Czas na nas.

Gdy obydwaj wyszli z parku uczeń zwrócił się do Mistrza.

- Współczuję tej kobiecie. Musieć na co dzień użerać się z takim dzieckiem, to nie jest nic przyjemnego.
- No pewnie, tylko, że to ona ponosi winę za całą sytuację.
- Jak to, przecież to dziecko weszło do kałuży i nie reagowało na jej wołanie?
- Nic podobnego, dziecko dokładnie reagowało na jej okrzyki.
- Ale w jaki sposób?
- Nadal taplało się w kałuży.
- Nie rozumiem. Czyli co, dziecko nie zrozumiało polecenia matki?
- O, na pewno zrozumiało, ale miało inne priorytety niż matka.
- To znaczy jakie?
- Matce zależało na tym, aby dziecko wyszło z kałuży. Zgadzasz się z tym?
- Oczywiście.
- Tymczasem dziecku zależało na czymś zupełnie innym.
- Ale w takim razie na czym?
- Na uwadze matki. Zapewne nie zauważyłeś, co działo się wcześniej. Gdy przyszlismy do parku, matka bawiła się z dzieckiem w berka. Gdy się tym zmęczyła usiadła na ławce, a dziecko zaczęło bawić się koło niej. Kobieta zaczęła czytać gazetę. Dziecko przez jakiś czas bawiło się samo, ale potem dostrzegło, że matka nie zwraca na nie uwagi i zaczęło tej uwagi dopominać się, wołając na matkę. Gdy matka nie zareagowała - w końcu jej też się należało trochę spokoju, dziecko postanowiło zwrócić na siebie uwagę w bardziej skuteczny sposób. I stąd ta kałuża.
- Trudno mi uwierzyć, że to dziecko mogło być aż taki wyrafinowane.
- Wierz mi, dzieci naprawdę potrafią bardzo szybko uczyć się. I uczą się tego, że mogą liczyć na uwagę ze strony dorosłych, gdy złączą robić coś, co tym dorosłym nie podoba się. Im dziecko robi coś gorszego, tym bardziej zwraca na siebie uwagę, i tym bardziej jest tym usatysfakcjonowane.
- Czyli matka wołając na dziecko spowodowała, że dziecko jeszcze bardziej chciało taplać się w kałuży?
- Dokładnie.
- Ale w takim razie co mogą zrobić rodzice, aby unikać takich sytuacji?
- Rodzice powinni częściej dostrzegać pozytywne zachowania dzieci i chwalić je za to. Dziecko powinno wiedzieć, że może liczyć na uwagę ze strony rodziców, gdy zrobi coś pozytywnego.

- Tylko, że to nie jest takie łatwe. Gdy oboje rodzice pracują, to po powrocie z pracy mogą dzieciom poświęcić ograniczoną ilość uwagi.
- Niestety tak to często wygląda w praktyce.
- Ale dlaczego dzieciom zależy na ciągłej uwadze ze strony dorosłych?
- O mój drogi, nie tylko dzieciom. Dorosłym też zależy na tym, aby inni ich dostrzegali. Tylko oni znają wiele sposobów zyskiwania zainteresowania ze strony innych. A dziecko idzie po najmniejszej linii oporu. Ponadto w przypadku dzieci dochodzi jeszcze fakt, że rodzice są dla nich niezastąpieni. Bez nich dziecko nie poradziłoby sobie na tym świecie. I dzieci instynktownie o tym wiedzą. Dlatego stale upewniają się, że mogą liczyć na dorosłych, poprzez zwracanie na siebie ich uwagi.
- Wygląda na to, że bycie rodzicem jest bardziej skomplikowane niż sądziłem.
- Tak, odkrywa to większość rodziców - zaśmiał się Mistrz. - Ale odkrywają oni przy okazji jeszcze inną rzecz.
- Jaką?
- Taką, że dzieci stanowiąc mogą najwspanialszy prezent od losu. Zapewniam cię uczniu, że posiadanie dzieci jest jednym z najpiękniejszych darów, jakie można otrzymać.
- Mówisz tak, jakbyś sam miał dzieci - zauważył uczeń.

Mistrz nic nie odpowiedział. Uczeń już chciał zadać Mistrzowi oczywiste pytanie, ale widząc po minie Mistrza, że nie ma on ochoty ciągnąć tego tematu, zrezygnował.

Rozdział 21

Niedziela

- To był jednak dobry pomysł - rzekł Mistrz.
- Jaki pomysł? - było widać, że uczeń nie był w temacie.
- Taki, aby siódmy dzień był dniem wolnym. Miał ten Bóg głowę na karku.
- A już myślałem, że mówisz na poważnie.
- A co, nie podoba Ci się leniuchowanie?
- Pewnie, że się podoba - powiedziawszy to uczeń jeszcze bardziej rozparł się na ławce. Razem z Mistrzem siedzieli w pubie znajdującym się na przycumowanym do brzegu Wisły statku.
- Pomysł z tą knajpą też jest niezły. Można się poczuć jak na wakacjach.

- Dokładnie - odparł Mistrz po czym zmienił temat. - Czy wiesz uczniu jaką dziś obchodzimy uroczystość?

- Nie mam pojęcia - odpowiedział z rozbrajającą szczerością uczeń.

- Tygodnicę.

- Co takiego? - uczniowi wydawało się, że przesłyszał się.

- Tygodnicę, czyli rocznicę czegoś, co wydarzyło się tydzień temu. Kapujesz?

Uczeń spojrzał podejrzliwie na Mistrza zastanawiając się, czy Mistrz sobie z niego znowu żartuje.

- To jakiś kolejny żart?

- Ależ skąd. Zadałem ci poważne pytanie: czy wiesz jaka dzisiaj jest tygodnica?

- Twoje urodziny Mistrzowi? - uczeń nawet nie próbował ukryć sarkazmu w swoim głosie.

- Nie głupku. Dzisiaj mija tydzień naszej znajomości.

Uczeń szybko w myślach przebiegł ostatnie dni i zrobił małe podliczenie.

- Faktycznie, znamy się Mistrzowi już cały tydzień.

- W twoim głosie nie słychać zbytniego entuzjazmu - odparł złośliwie Mistrz. - Ale trudno - kontynuował. - Ponieważ znamy się już tak długo, dlatego mam do ciebie gorącą prośbę.

- Tak słucham.

- Mam tu coś dla znajomego.

Mówiąc to Mistrz wyjął z kieszeni marynarki kopertę.

- Niech zgadnę - łapóweczka? - spytał domyślnie uczeń.

- Zgaduj dalej. Czy będziesz mógł ją komuś zanieść? Na kopercie jest adres.

Uczeń wziął kopertę do ręki i przyjrzał jej się.

- To jest jakiś profesor na uniwerku?

- Dokładnie. Miałem mu to dać już dawno temu, ale jakoś wyleciało mi z głowy.

- No tak. Starość nie radość.

- Znowu próbujesz udawać mądrego?

- Uczę się od najlepszych.

- Czyli mogę na ciebie liczyć? - Mistrz spojrzał uczniowi prosto w oczy.

- Jasne.

- Super. W takim razie żegnaj.

- Że co proszę?

- Żegnaj. Chyba wiesz co to słowo oznacza?

- Wiem. I dlatego nie rozumiem.
- Wyjaśnię ci to najprościej jak potrafię. Moja rola jako twojego Mistrza właśnie dobiegła końca. Nie oznacza to, że wiesz już wszystko. Wiesz tak naprawdę jeszcze bardzo mało. Ale to na razie wystarczy, abyś znowu stanął na własnych nogach. Tym bardziej, że możesz liczyć na pomoc Darka i Agnieszki.
- No to nie mogłeś mnie wcześniej uprzedzić, że będziemy razem tylko tydzień?
- Takie jest życie mały. Ciągłe nas zaskakuje.

Mistrz wstał od stolika.

- A można spytać, gdzie się teraz Mistrzu wybierasz?
- Jasne. Wracam do mojego kochanego śmietnika. Na pewno się za mną stęsknił. Nie sądzisz?
- Oooo. Na pewno.
- No to pa.

Wypowiedziawszy te słowa Mistrz odwrócił się na pięcie i ruszył przed siebie w kierunku wyjścia z pubu. Po kilku krokach zatrzymał się jednak i odwrócił w stronę naszego bohatera.

- Zapomniałbym o jeszcze jednym.
- Tak?
- Ta dziewczyna, która wtedy wpadła Ci w oko, ma na imię Róża. Zapamiętasz?
- Jasne.
- No to trzymaj się i nie zapomnij doręczyć koperty.

Mistrz odwrócił się plecami do ucznia i ruszył znowu przed siebie.

- Zaczekaj Mistrzu! Czy nie zapomniałeś o czymś? - zawołał za odchodzącym Mistrzem uczeń.
- Nie - odparł bez zastanowienia Mistrz nie zwalniając kroku.
- STAĆ!!! - zawołał stanowczo uczeń.

Mistrz udając zdziwienie zatrzymał się i powoli odwrócił w stronę ucznia.

- Tak mój uczniu? - bardzo powoli odezwał się Mistrz. - W czym mogę Ci jeszcze pomóc?

Uczeń udał, że nie usłyszał ironii w głosie Mistrza i spokojnie odpowiedział.

- Miałeś mi powiedzieć jaki jest sens życia.
- Czy nasza wspólna podróż nie dała Ci wystarczających wskazówek, aby samemu odkryć sens życia? - zapytał Mistrz.

Uczeń spojrzał niepewnie na Mistrza.

- No nie do końca.
- A co udało Ci się odkryć?
- Na pewno to, że każdy musi sam odnaleźć sens swojego życia. Że nikt nie może go nam narzucić z zewnątrz - uczeń spojrzał na Mistrza, niepewnie obserwując, jak Mistrz zareaguje na jego odpowiedź.

Mistrz westchnął głęboko, nie okazując, że podoba mu się odpowiedź ucznia.

- Ok. Oto odpowiedź na twoje pytanie: Sens swojego życia znajdziesz wtedy, gdy pewnego dnia usiądziesz sobie spokojnie, pomyślisz o swoim życiu i dojdiesz do wniosku, że to jest właśnie to. Że znajdujesz się we właściwym miejscu i właściwym czasie i że twoje życie jest dokładnie takie, jakie chcesz, aby było. I wtedy będziesz wiedział, co stanowi dla Ciebie sens życia.
- A czy każdy jest w stanie odkryć ten sens? - uczeń postanowił maksymalnie wykorzystać ostatnie chwile z Mistrzem.
- Każdy ma taką możliwość, ale nie każdy z niej korzysta.
- A czy sens życia może zmienić się w trakcie życia? - uczeń sam nie wiedział, skąd mu przyszło do głowy takie pytaniem.
- Sam się o tym kiedyś przekonasz.

Powiedziawszy to Mistrz ponownie odwrócił się tyłem do ucznia i ruszył przed siebie. Uczeń nie mogąc się pohamować zawołał za oddalającym się Mistrzem.

- Mistrzu, a czy ty znalazłeś sens swojego życia?

Mistrz nie odpowiedział uczniowi tylko skierował w jego stronę prawą rękę i dłonią pokazał uczniowi gest uważany przez wielu za obraźliwy*.

- Cały Mistrz - pomyślał z rozbawieniem uczeń obserwując jak Mistrz schodzi po kładce ze statku-pubu. - Mam nadzieję, że jeszcze kiedyś spotkamy się Mistrzu - wyszeptał uczeń.

* gest ten po angielsku nosi nazwę Fuck You i oznacza, że osoba nam go pokazująca nie przepada za nami. Gest ten pierwotnie miał charakter bardzo obraźliwy, jednak poprzez powszechność jego używania zaczął on tracić ten obraźliwy charakter. Ponieważ jednak nie każdy o tym wie, dlatego należy zachować daleko należyłą ostrożność pokazując go innym.

Rozdział 22 (niestety ostatni)

Poniedziałek

Nasz bohater szybkim krokiem wbiegł do budynku uniwersytetu i podążając za wskazówkami Mistrza bez problemu znalazł odpowiedni pokój. Zapukał i słysząc „proszę” wszedł do środka. Przy stole siedział mężczyzna około 50-ki.

- Przepraszam czy pan profesor X Y*?

- Tak to ja. W czym mogę pomóc młody człowieku?

- Mam dla pana przesyłkę od starego znajomego.

- Czyli od kogo?

- Od Mistrza.

- Od Mistrza? No proszę. W końcu sobie o mnie przypomniał. Co tam u niego słyhać? Nadal szuka naiwniaków, którzy chcieliby zostać jego uczniami?

Bohater chwilę zastanowił się zanim udzielił odpowiedzi.

- Już nie. Teraz na uczniów wybiera tylko bardzo inteligentne osoby.

- Rozumiem - profesor spojrzął spod oka uważnie na bohatera. - Zobaczmy co tam dla mnie ma.

Bohater podał profesorowi kopertę. Ten wziął nożyczki i otworzył nimi kopertę. Ze środka wypadła pojedyncza kartka. Profesor obejrzał ją uważnie z obydwu stron.

- Dziwne. Ta kartka jest pusta. Na pewno nie otwierałeś tej koperty? Może w środku były pieniądze i je wzięłeś?

Bohater zbladł na myśl, że może zostać oskarżony o kradzież. Widząc to profesor szybko dodał.

- To był żart. Właściwie nie powinno mnie to dziwić. To zupełnie w stylu Mistrza. Robi coś, co na pierwszy rzut oka jest zupełnie bez sensu. Ale jak być może wiesz, wszystko ma swój sens. Czyli pewnie kiedyś dowiemy się, po co była ta kartka. Nie sądzisz?

- Pewnie tak - wystękał bohater i zerknął niepewnie na zegarek. - To ja muszę już niestety iść.

- Nie zatrzymuję cię chłopcze. A jak spotkasz Mistrza, to pozdrów go ode mnie i podziękuj za wspaniały prezent.

* imię i nazwisko fikcyjne.

- Na pewno tak zrobię.

Bohater szybko wyszedł z pokoju. - No nieźle mnie Mistrz urządził - pomyślał. - Następnym razem muszę pamiętać, aby uważać na prośby Mistrza. Ciekawe co też Mistrz teraz porabia. I bohater zaczął snuć różne wizje na ten temat.

Zamyślony nie zauważył, że właśnie wyszedł z bocznego korytarza na główny hol uczelni i wpadł na jakąś dziewczynę. Bohater rozpoznał dziewczynę i wystękał.

- Róża.

Róża bacznie mu się przyjrzała.

- Czy my się znamy?

- Nie, jeszcze nie.

- To skąd znasz moje imię?

- To trochę trudno wyjaśnić.

Róża uśmiechnęła się na te słowa.

- Spróbuj.

- Wierzysz w jasnowidzenie?

- Jesteś jasnowidzem?

- Ja nie, ale znałem jednego.

- I on ci zdradził moje imię?

- Coś w tym rodzaju.

- A jak ty masz na imię?

- Znajomi mówią na mnie ... Mistrzu.

Róża ledwo udało powstrzymać się od śmiechu.

- Co w takim razie robisz drogi Mistrzu na mojej uczelni?

Bohater, a właściwie świeżo upieczony Mistrz, odpowiedział bez zająknięcia.

- Szukam uczniów.

- Tak, a jakich?

- Takich, którzy będą chcieli poznać sens życia.

- O, to jakiś nowy przedmiot? Gdzie można się na niego zapisać?

- Tylko u mnie. Przy czym prowadzę zajęcia wyłącznie indywidualnie.

Rozbawiona Róża odparła.

- Idę na dół do kawiarni coś zjeść. Może się dołączysz Mistrzu i udzielisz mi pierwszej lekcji?

- Czemu nie?

Róża ruszyła korytarzem, a Mistrz majestatycznie podążył za nią.

Wspólne przygody Róży i młodego Mistrza będzie można poznać w kolejnej części książki, która ukaże się już niebawem.

KONIEC części pierwszej

Od autora



Mam nadzieję Drogi Czytelniku, że moja książka spodobała Ci się. W tym miejscu chciałbym zwrócić się do Ciebie z kilkoma prośbami.

Pierwsza prośba ma związek z tym, że zależy mi na tym, aby jak najwięcej osób mogło przeczytać tę książkę. Jeśli uważasz, że warto aby Twoi znajomi również mieli możliwość przeczytania tej książki, to zachęcam Cię do jej wysłania do nich e-mailem lub podania adresu strony, z której mogą ją ściągnąć. Jeśli posiadasz własną stronę WWW lub bloga, to poprzez nie również możesz promować tę książkę. Dodam, że dla posiadaczy stron WWW mogę przygotować specjalną wersję książki z reklamą ich strony. Dokładne informacje na ten temat można znaleźć na oficjalnej stronie książki.

Druga prośba polega na tym, że zależy mi na opiniach czytelników. Jeśli mógłbyś w paru zdaniach napisać, co Ci się w tej książce podobało i co Ci dała jej lektura, to będę Ci bardzo wdzięczny. Oczywiście jeśli masz jakieś uwagi dotyczące tego, co warto w książce poprawić, to też będę za nie wdzięczny. Korespondencję do mnie można kierować na adres alamek@smiech.org.

Chciałbym Cię również zaprosić na oficjalną stronę książki www.senszycia.smiech.org, na której znajdziesz m.in. informacje o terminach ukazania się kolejnych części książki, informacje o innych moich książkach, jak również informacje o prowadzonych przeze mnie kursach online i na płytach CD. Stanowią one rozwinięcie wiedzy propagowanej w książce „Sens Życia”.

Jeśli ponadto uznałbyś, że warto mnie wynagrodzić za trud poniesiony na napisanie tej książki, to na oficjalnej jej stronie dowiesz się, jak to zrobić.

Na koniec tej książki przygotowałem dla Ciebie jeszcze mały prezent. Jest nim baza inspirujących oraz zabawnych cytatów, które stanowią uzupełnienie samej książki. Mam nadzieję, że ich lektura również sprawi Ci przyjemność.

Pozdrawiam serdecznie

Aleksander Łamek

Inspirujące cytaty

Bez cierpienia nie rozumie się szczęścia.

Fiodor Dostojewski

Błądzić jest rzeczą ludzką.

Bóg daje szczęście, ale człowiek musi je złapać.

Adolf Kolping

Być człowiekiem, to czuć, kładąc swoją cegłę, że bierze się udział w budowaniu świata.

Antoine Saint-Exupery

Ci co rozśmieszają ludzi, cenniejsi są od tych, co każą im płakać.

Charles Chaplin

Czasami ludzie potkną się o prawdę. Ale prostują się i idą dalej, jakby nic się nie stało.

Winston Churchill

Człowiek mądry zmienia zdanie, głupiec nigdy.

Człowiek mniej jest nieszczęśliwy, gdy nie jest nieszczęśliwy sam.

Honoriusz Balzac

Człowiek, który lubi swój zawód, zawsze wybić się musi. Kto szuka tylko chleba w swoim zawodzie, ten chleb może znaleźć, ale pustki w życiu tym sposobem nie wypełni.

Władysław Biegański

Czy nie lepiej byłoby, zamiast tępić zło, szerzyć dobro?

Antoine Saint-Exupery

Demokracja to najgorsza forma rządu, z wyjątkiem wszystkich innych form.

Winston Churchill

Dla chcącego nic trudnego.

Dobrego lekarza, tak jak dobrego żeglarza, poznasz tylko podczas burzy i niebezpieczeństwa.

Władysław Biegański

Dobrem należy zło zwalczać.

Doskonała argumentacja nigdy nie przekona zaślepiającej emocji.

Drażni nas w innych głównie to, czego nie znosimy w sobie.

Dariusz Klimczak

Drogi mi Platon, drogi Sokrates, ale jeszcze droższa prawda.
Arystoteles

Dwie rzeczy nie mają granic: wszechświat i ludzka głupota.
Albert Einstein

Dzieci są jak mokry cement. Cokolwiek upadnie na nie, zostawia swój ślad.
Haim Ginott

Dzieci nie myślą ani o tym, co było, ani o tym, co będzie, ale cieszą się chwilą obecną, jak mało kto potrafi.
Jean Bruyere

Dziewięćdziesiąt procent naszych zmartwień dotyczy spraw, które nigdy się nie zdarzają.
Margaret Thatcher

Gdy człowiek na początku jest pewny, kończy na wątpliwości, a gdy zaczyna od wątpliwości, kończy na pewności.
Francis Bacon

Gdy sięgasz po gwiazdy, możesz nie chwycić żadnej, ale nie skończysz z ręką pełną błota.
Leo Burnett

Głupota nie zwalnia od myślenia.
Stanisław Jerzy Lec

Istotną wadą kobiet jest to, iż tracimy przez nie zbyt wiele czasu. Ale jest to najpiękniejszy stracony czas.
Józef Bester

I z wielkiego problemu można wyjść bezproblemowo.
Gutweter

Jedną z najlepiej zapowiadających się sytuacji bywa w życiu ta, gdy nam się wiedzie tak źle, że gorzej już wieść się nie może.
Mann T.

Jest to złota zasada w życiu: wymagać mało od świata, a dużo od siebie.
Władysław Biegański

Jeśli chcesz być kochany, kochaj sam.
Seneka

Jeśli jesteś dobrą piłką, to im silniej cię uderzą, tym wyżej się wzniesiesz.
Tristan Bernard

Jest tylko jedna rzecz głupsza od optymizmu: pesymizm.
Tristan Bernard

Jeżeli coś jest dla Ciebie bardzo trudne, nie sądź, że to jest niemożliwe dla człowieka w ogóle.

Marek Aureliusz

Kości zostały rzucone.

Kto poniżej, sam jest niski.

Antoine Saint-Exupéry

Każde pokolenie wyobraża sobie, że jest inteligentniejsze od poprzedniego i mądrzejsze od tego, które po nim nastąpi.

George Orwell

Kto nie zaznał goryczy ni razu, ten nie zazna słodyczy w niebie.

Adam Mickiewicz

Kto nie wierzy w cuda, ten nie jest realistą.

Dawid Ben Gurion

Kiedy człowiek zrozumie, że jego celem nie jest zdobywanie materialnych korzyści, ale życie samo w sobie, przestanie koncentrować się wyłącznie na świecie zewnętrznym.

Alexis Carrel

Każda śmiała myśl wydaje się z początku gorsząca, przynajmniej małym ludziom.

Bedford

Kiedy osiada się na dnie, nie trzeba już pływać.

Auderska

Kto się śmieje, płaczących zwycięża.

Słowacki

Ludzie stają się dobrymi przez ćwiczenie i praktykowanie dobroci, rzadko zdarza się człowiek dobry z natury.

Demokryt

Ludziom przydałby się czasem dzień wolny od życia.

Łatwiej zmienić ustrój, trudniej - odmienić człowieka.

Stefan Wyszyński

Miłość wszystko zwycięża!

Wergiliusz

Mylić się jest rzeczą ludzką.

Seneka

Miłość leczy ludzi - zarówno tych co dają, jak i tych, co przyjmują.

Menninger Karl

Możesz patrzeć na jakąś rzecz dziewięćset dziewięćdziesiąt dziewięć razy i nic nie zmąci twego spokoju, lecz gdy spojrzysz na nią po raz tysięczny, grozi ci to straszne niebezpieczeństwo, że zobaczysz ją po raz pierwszy.

Chesterton

Na świecie nie ma nic piękniejszego od pobudzania ludzi do śmiechu.

Nie chowaj nienawiści po wieczne czasy, ty, który sam nie jesteś wieczny.

Arystoteles

Nie ma geniuszu bez ziarna szaleństwa.

Arystoteles

Nie obwiniaj okoliczności, gdy sam jesteś sprawcą swoich nieszczęść.

Katon

Największy skarb na świecie to entuzjazm. Potrafi pokonać pieniądze, władzę i wpływy.

Henry Chester

Nie mów że umierasz, póki żyjesz.

R. Baden-Powell

Nauczając, uczy się.

Seneka

Nie ma takiej fantazji, której wola i rozum ludzki nie zdołałyby przekształcić w rzeczywistość.

William Shakespeare

Nie wierz w cuda, polegaj na nich.

Murphy

Nieprzyjemne prawdy są zawsze lepsze od przyjemnych złudzeń.

John F. Kennedy

Nie jest bogaty ten, kto dużo ma, lecz ten, kto dużo daje.

Erich Fromm

Nieszczęścia spadają tylko na tego, kto się ich boi, zaś tego, który wychodzi im na przeciw - omijają.

Nikołaj Gogol

Nieszczęścia zsyłane są nam po to, abyśmy uważniej przyjrzeni się swemu życiu.

Nikołaj Gogol

Nigdy nie jesteśmy tak biedni, aby nie stać nas było na udzielenie pomocy bliźniemu.

Nikołaj Gogol

Najdziwniejszym z ludzi jest geniusz, ten tak daleko w przyszłość wybiega, że ginie z oczu ludzi z nim żyjących, a nie wiadomo, które pokolenie pojąć go zdoła.

Fryderyk Chopin

Nie należy mylić prawdy z opinią większości.

Cocteau

Najbardziej straconym dla człowieka jest dzień, w którym się nie śmiał.

Chamfort

Nauczycielem wszystkiego jest praktyka.

Juliusz Cezar

Nie polityka powinna rządzić ludźmi, lecz ludzie polityką.

Napoleon Bonaparte

Nie jest najgorsze to, że ludzie wielu rzeczy nie wiedzą, gorsze jest to, że wiedzą tak wiele rzeczy niepotrzebnych.

Josh Billings

Nie należy gniewać się na bieg wypadków, bo to ich nic nie obchodzi.

Marek Aureliusz

Nigdy nie zapominaj najpiękniejszych dni twego życia! Wracaj do nich ilekroć w twym życiu wszystko zaczyna się walić.

O radę pytaj tego, kto sobie sam radzi.

Leonardo daVinci

Oczekiwanie na niebezpieczeństwo jest gorsze niż moment, gdy ono na człowieka spada.

Alfred Hitchcock

O bogatym głupcu mówią: bogacz, a o biednym głupcu - głupiec.

Jacques Laffitte

Ośmiel się być mądrym.

Horacy

Obelgi - to argumenty tych, którzy nie mają argumentów.

Jean Jacques Rousseau

Polityka jest sprawą zbyt poważną, aby powierzać ją politykom.

Charles DeGaulle

Podziwiać należy wielkie czyny, a nie wielkie słowa.

Demokryt

Pieniądz jest dobrym sługą, ale złym panem.

H. G.Bohn

Przyjemność dawania pamięta się dłużej niż przyjemność brania.
Chamfort

Pokój nawet niesprawiedliwy jest pożyteczniejszy niż najsprawiedliwsza wojna.
Cyceron

Spiesz się powoli.

Szczęście nie jest stacją, do której przyjeżdżasz, lecz sposobem podróżowania.

Świat nie miał początku i nie będzie miał końca. Ruch jest wieczny, tak jak i czas, który go mierzy. Pojęcie terażniejszości zawiera pojęcie przeszłości i przyszłości.
Arystoteles

Śmiałym szczęście sprzyja.
Wergiliusz

Szczęście, to jedyna rzecz która się mnoży, gdy się ją dzieli.
Schweitzer

Świat bez wariatów byłby nienormalny.
Dariusz Klimczak

Spółeczność łatwiej sobie z tyranią aniżeli z lenistwem poradzi.
Pierre Bayle

Starajcie się zostawić ten świat lepszym niż go zastaliście.
R.Baden-Powell

Tak kochamy marzenia, że boimy się je realizować.

Śmiech jest to dobre samopoczucie całego ciała okazywane w jednym miejscu.
Josh Billings

To smutne, że głupcy są tak pewni siebie, a ludzie mądrzy pełni wątpliwości.
Russei

Technicznie żyjemy w epoce atomowej, uczuciowo ciągle w epoce kamiennej.
Erich Fromm

Tylko głupiec nie ma wątpliwości.
Karel Capek

To, co niewiele kosztuje, jeszcze mniej cenisz.
Miguel Cervantes

Trzeba działać jak człowiek myślący, trzeba myśleć jak człowiek czynu.
Henri Bergson

Uśmiech to pół pocałunku.

Uważajcie na ludzi, którzy się nie śmieją. Są niebezpieczni.

Juliusz Cezar

Uśmiech wędruje daleko.

James Joyce

Uczymy się nie dla szkoły, lecz dla życia.

Seneka

W zdrowym ciele zdrowy duch.

Więszym kalectwem od ślepoty jest zaślepienie.

W ludziach podoba nam się najbardziej to, co nas samych przypomina.

Ch.Perrault

Wszystkie zwierzęta są sobie równe. Ale niektóre zwierzęta są równiejsze od innych.

George Orwell

Wesołość jest rodzajem odwagi.

Ernest Hemingway

Wiadomo, że taki a taki pomysł jest nie do zrealizowania. Ale żyje sobie jakiś nieuk, który o tym nie wie. I on właśnie dokonuje tego wynalazku.

Albert Einstein

Wszyscy wiedzą, że coś się nie da zrobić i wtedy pojawia się ten jeden, który nie wie, że się nie da i on właśnie to coś robi.

Albert Einstein

Wszystko powinno zostać uproszczone tak bardzo, jak to tylko możliwe, ale nie bardziej.

Albert Einstein

Wyobraźnia bez wiedzy może stworzyć rzeczy piękne. Wiedza bez wyobraźni najwyżej doskonałe.

Albert Einstein

Wyobraźnia jest ważniejsza od wiedzy.

Albert Einstein

Wielkie czyny powstają z wielkich marzeń.

Demostenes

Wariat to człowiek cierpiący na dużą niezależność intelektualną.

Ambrose Bierce

Więcej uzyskasz jednym dobrym słowem niż trzygodzinną kłótnią. Panuj nad sobą.
Balaguer

Władza demoralizuje, a władza absolutna demoralizuje absolutnie.

Życie składa się w dziesięciu procentach z tego, co nam się przydarza i w dziewięćdziesięciu procentach z tego, jak na to reagujemy.

Zwyciężajcie nienawiść miłością, nieprawdę - prawdą, przemoc - cierpieniem.
Mahatma Gandhi

Życie to wielkie płótno, na którym powinieneś malować najpiękniej jak umiesz.
Dany Kaye

Zawsze jest dobry czas na zrobienie czegoś dobrego.
Martin Luther Jr. King

Zawsze, ilekroć człowiek się śmieje, przedłuża swoje życie.
C. Malaparte

Życie jest niczym bumerang. Nasze myśli, uczynki i słowa prędzej czy później wracają ze zdumiewającą wiernością.
Florence Scovel Shinn

Zawsze przebaczaj swoim wrogom: nic nie zdoła bardziej ich rozżłościć.
Oscar Wilde

Zabawne cytaty

Chcieliśmy jak najlepiej, a wyszło tak jak zawsze.
Wiktor Czernomyrdin

Chłop jest potęgą i basta - ale mniejszą niż niewiasta.
Jan Sztudynger

Czas na małe co nieco.
Alan Alexander Milne

Czysta wariacja ta demokracja.
Tadeusz Boy Żeleński

Do erogennych stref u kobiety należy także portfel męski.

Dobry polityk musi umieć przepowiedzieć, co będzie się działo jutro, za tydzień, czy za rok i musi umieć wytłumaczyć, dlaczego nie zaszło to, co przepowiedział.
Winston Churchill

Dzięki mózgowi myślimy, że myślimy.
Ambrose Bierce

Jaki dzień w moim życiu był najpiękniejszy? To nie był dzień, to była noc.

Bardot

Jeśli będąc w towarzystwie kobiety potrafisz z niej czytać jak z książki, nie stosuj systemu Braille'a.

Kopać leżącego to niehonorowo. Ale bezpiecznie!

Kup sobie psa. To jedyny sposób, abyś mógł nabyć miłość za pieniądze.

Małżeństwo: zdarzenie, po którym mężczyzna przestaje kupować kwiaty, a zaczyna kupować jarzyny.

Mężczyzna pozostaje zazwyczaj bardzo długo pod wrażeniem jakie zrobił na kobiecie.

Julian Tuwim

Moim przyjacielem mógłby być tylko człowiek tak szlachetny, jak ja.

Arystoteles

Najlepszy czworonożny przyjaciel człowieka – łóżko

Największym grzechem jest grzech miłości - jest tak wielki, że trzeba obojga, żeby go popełnić.

Tristan Bernard

Największy mędrzec zgłupieje, kiedy ze dwa dni nic nie je.

Wojciech Bogusławski

Nie mówię że kobiety nie są głupie. Stworzono je na podobieństwo mężczyzn.

George Eliot

Nie wystarczy mówić do rzeczy, trzeba mówić do ludzi.

Stanisław Jerzy Lec

Niedobrze czułby się lekarz, gdyby wszyscy czuli się dobrze.

Syrus

O cudowna potęgo kopniaka w tyłek.

Arystofanes

Pieniądze szczęścia nie dają. Dopiero zakupy.

Marylin Monroe

Pomyśl, zanim pomyślisz!

Stanisław Jerzy Lec

Pan Bóg stworzył jedzenie, a diabeł kucharzy.

James Joyce

Pesymista to dobrze poinformowany optymista.

Pieniądze ułatwiają znoszenie ubóstwa.

Pomysły moich powieści kryminalnych znajduję zmywając. Jest to zajęcie tak głupie, że zawsze rodzi we mnie myśl o zabójstwie.

Agata Christie

Pożyczaj tylko od pesymistów. Oni i tak nie mają nadziei, że im oddasz.

Tristan Bernard

Śnił mi się Freud. Co to znaczy?

Stanisław Jerzy Lec

To jest to, co tygryski lubią najbardziej.

Uśmiechnijcie się, przecież jutro możecie nie mieć zębów.

Wierzę, że tam w górze jest coś, co czuwa nad nami. Niestety, jest to rząd.

Woody Allen

Zakochać się w kobiecie to nie grzech - ten przyjdzie dopiero później.

Stopka redakcyjna

Aleksander Łamek

"Sens Życia"

Wydanie II

Wydawnictwo Edukacja i Nauka

Warszawa, 31 sierpnia 2005

Wszelkie prawa zastrzeżone

Kontakt z autorem: alamek@smiech.org