

TYLKO TO

JOANNA GROMEK

*Możesz poznać świat
nie wychodząc z domu.
Możesz ujrzeć swoją Drogę
wyglądając przez okno.
Im dalej pójdziesz
tym mniej będziesz rozumiał.*
Lao Tsy

Kiedy zdawałam na Akademię, nie rozumiałam dlaczego to robię. Było dla mnie oczywiste, że muszę tu być. Osoba, którą wówczas byłam, nie mogła przewidzieć jak ciekawa to będzie przygoda i jak wiele zmian dokona się w jej świadomości. Kiedy patrzę na to z dystansu, widzę że dopiero w momencie rozpoczęcia studiów zaczęłam żyć w pełni.

Na początku drogi pojawia się wiele pytań. Doświadczenia kilku pierwszych miesięcy samodzielnego życia i studiowania na ASP zaowocowały pytaniami i wątpliwościami. Bardzo szybko pojawiło się we mnie zwątpienie: – Po co to wszystko robię? – W jakim celu mam wytwarzać wciąż nowe obrazki? – Co mogę zrobić, by moja praca miała sens nie tylko dla mnie? – Jakie przeznaczenie talentów i możliwości jakimi dysponuję?

Żyłam z tymi pytaniami jakiś czas. Nie było to łatwe, pojawiło się cierpienie i pomieszanie, moje działania często były niejasne dla mnie samej. Nigdy wcześniej nie pomyślałabym, że żeby otrzymać odpowiedź, wystarczy usiąść w ciszy na poduszce z brązowego płótna wypełnionego łuską gryczaną. Obserwować swój oddech i pozwolić myślom, pytaniom, obrazom, emocjom i marzeniom po prostu być. Patrzeć na nie, pozwolić przypływać i odpływać.

Jedna jasna i czysta rzecz. Niezależna od życia i śmierci, pojawiania się, znikania. Trwała i wieczna, jednakowo dla wszystkich ludzi i dla całego świata. Dla wszystkich przejawiających się na nim form istnienia. Co to jest?

*Co mówi Ci twoja religia?
Jak być żydem?
Katolikiem?
Czy też, jak być istotą ludzką?*
Joseph Campbell

W pogłębianiu wszystkich moich pytań pomaga mi codzienne praktykowanie różnych form medytacji zen. W momencie kiedy trafiłam na buddyzm odczułam głęboką radość i wdzięczność. Dziwiło mnie trochę moje głębokie zaufanie do takiej formy duchowości. Tak odmiennej od duchowości katolickiej, w której wyrastałam żyjąc w Polsce – z tą nigdy nie czułam głębokiego związku. Poczulałam się, jakbym odnalazła długo poszukiwaną drogę do domu. Praktyka zen pozwalała mi poznawać siebie. Odrzucić wszystkie maski i iluzje nagromadzone przez lata. Widzieć, choć przez chwilę, swoją prawdziwą twarz. Uczy mnie niezależności i elastyczności. I pokory.

W ciszy poznaję mechanizmy swojego działania, widzę swoje myśli, emocje i zaczynam rozumieć skąd się biorą i co mogę z nimi zrobić. Udaje mi się dzięki temu coraz bardziej wierzyć w siebie, w swą moc sprawczą. Uwie-

rzyć w siebie i pomóc temu światu, taka jest podstawowa funkcja każdej istoty obdarzonej cudownym narzędziem, jakim jest ludzkie ciało i intelekt.

*Większość ludzi umiera,
nadal skrywając swą muzykę
wewnątrz siebie.*
Benjamin Disraeli

Pragnę dotrzeć do źródła mojej muzyki i grać ją aż do końca. Teraz chcę zaśpiewać moją piosenkę o zwierzętach i o ludziach. Myślę że każdy człowiek rodzi się z naturalną wrażliwością na świat przyrody. Dzieci w sposób spontaniczny wyrażają swoją miłość do zwierząt. Są zachwycone, gdy mogą pogłaskać lub przytulić kotka, pieska czy królika. Przedstawienia zwierząt to najczęściej pierwsze obrazki w życiu. Uczą się dzięki nim, że w tym świecie wszystko ma swoją nazwę. Uczą się też naśladować dźwięki tych zwierząt i są to często ich pierwsze wypowiedziane słowa. Jeśli dziecko ma wrażliwych rodziców, ta pierwotna miłość do zwierząt ma szansę pozostać w nim na dłużej. Problem w tym, że z czasem zostaje ograniczona, aż w końcu kierowana jest tylko ku małym udomowionym zwierzętom. Zaczyna się dzielić zwierzęta na te do kochania i te do jedzenia. Dzieci nie są uświadamiane skąd pochodzi kotecik, tak usilnie wmuszany podczas obiadu. Dostają tylko informacje, że kotecik jest bardzo ważny, że bez niego nie urosną i nie będą silne: – Nie możesz już, to chociaż mięsko zjedz! A kiedy A kiedy dowiedzą się prawdy, uznają taki stan rzeczy za oczywistość. Bo cóż złego jest w pożywnych i pełnych białka czerwonych kawałkach mięsa? A co złego w pachnącej jałowcem smakowitej kielbasie? Oto co złego: cierpienie, jakiego żaden człowiek nie chciałby doświadczyć, a jakiego codziennie doświadczają tysiące zwierząt hodowlanych i zabijanych z powodu nienasyconego ludzkiego apetytu.

Czy naprawdę musimy być takimi hipokrytami i wmawiać dzieciom, że świnka uśmiecha się promiennie, a zaraz potem dobrowolnie kładzie swoją głowę pod topór rzeźnika?



*Zapytajmy siebie,
co rzeczywiście jest najlepsze,
a nie co jest w zwyczaju.
Pokochajmy umiar –
bądźmy sprawiedliwi –
powstrzymajmy się od rozlewu
krwi.*
Seneca

Temat przemysłu mięsnego i okrutnego procederu uśmiercania zwierząt jest skrupulatnie omijany przez ludzkie umysły. Mówi się o nim dopiero, gdy powstaje bezpośrednie zagrożenie dla człowieka, np. w postaci BSE, ptasiej grypy, czy też przy okazji skandali związanych z nieuczciwością zakładów mięsnych wobec swoich klientów. A zagrożenie istnieje nieprzerwanie, odkąd człowiek zaczął konsumować mięso ponad miarę. Przed II wojną światową jadano mięso raz w tygodniu tylko w bogatych domach, chłopcy i ludzie mniej zamożni jedli mięso od święta. Moje pokolenie opycha się hamburgerami i gyrosem codziennie.

W naszej kulturze tkwi złudne przekonanie, że Bóg stworzył Ziemię dla człowieka i nakazał mu „czynić ją sobie poddaną”. Dalsze utrzymywanie podobnych iluzji grozi nieuniknioną katastrofą. Moim wielkim pragnieniem jest, by ludzie uświadomili sobie, że są tylko częścią tego świata, nie mają Ziemi w posiadaniu.

Sądzę że większość mięsożerców porzuciłaby jedzenie czujących istot po jednej wizycie w rzeźni. Ciekawi mnie, ilu ludzi jadłoby mięsko, gdyby

musieli własnoręcznie uśmiercać zwierzęta? Zmagać się z ich skowytami, łękiem i walką o życie aż do krwawego końca. Czy mogliby wówczas spać spokojnie, tak jak teraz, gdy kupują przetwory mięsne po prostu w sklepie, zapakowane i pachnące? A może większości ludzi wystarczy przekonanie, że zwierzęta są zabijane bezbolesnie? Jeśli nawet tak by było, to czy może to być usprawiedliwienie dla pozbawiania ich życia?

*Jeśli uważacie, że urodziliście się
do takiego pożywienia,
jakie chcielibyście jadać,
to sami zabijajcie tę zwierzynę.
Lecz róbcie to własnoręcznie,
bez pomocy tasaka, młota
czy topora – tak jak czynią to wilki,
niedźwiedzie i lwy, które zabijają
i od razu zjadają. Spróbujcie
rozszarpać wołu własnymi zębami,
rozdrzyście wieprza, jagnię czy
zającą na kawałki i pożerajcie je
tak, jak czynią to tamte drapieżniki.*
Plutarch

Mój wegetarianizm zaczął kiełkować gdy miałam około 13 lat. Wówczas to pierwszy raz w moim umyśle pojawił się sprzeciw wobec zabijania zwierząt. Był to czas, kiedy w telewizji emitowano w sobotę program „Animals”, tworzony przez cudownie empatycznych ludzi. Pewnego razu pokazano sceny z rzeźni, obrazujące w jaki sposób człowiek obchodzi się ze świniami prowadzonymi na rzeź. Kwik zrozpaczonych świń wstrząsnął mną tak mocno, że postanowiłam nie przychodzić się do podobnej katorgi. Niesety, strach mojej matki przed wszelkimi zmianami kulinarnymi był silniejszy niż moje argumenty. Dopiero trzy lata później udało mi się postawić na swoim. Podjęta wówczas decyzja była spowodowana jednak bardziej dbałością o własne zdrowie i głębokim obrzydzeniem do mięsa, kwestia cierpienia zwierząt zeszła na dalszy plan. Taki egocentryczny wegetarianizm oparty głównie na przetworach mlecznych (ach, ten strach o białko!) nie trwał długo – dwa lata później wróciłam do jedzenia kurczaków i ryb. Praktykowanie przede mną empatycznego wegetarianizmu (od kilku miesięcy weganizmu, moja dieta jest wyłącznie roślinna) trwa cztery lata. Przyszło to do mnie ponownie, całkowicie naturalnie i bez wysiłku. Miałam szczęście uczyć się przyrządzania posiłków od wprawionych już w tema-

cie przyjaciół i teraz gotowanie wegańskich potraw to jedna z moich pasji. Nawet w moim domu rodzinnym, gdzie jada się mięso, zawsze czeka na mnie posiłek wegetariański, a gołąbki z dzikim ryżem przyrządzane przez babcię słyną w całej rodzinie.

*Wolność wyboru jest czymś
zupełnie bezwartościowym
bez możliwości dostępu
do informacji.*
Juliet Gellatley

Jestem głęboko przekonana, że droga do zmian świadomości jest przede wszystkim edukacja. Edukacja ludzi dorosłych, ale przede wszystkim dzieci i ludzi bardzo młodych. Oni jeszcze nie utrwaliли swych poglądów na życie i świat. Szukają swojej drogi i posiadają coś bardzo cennego – wrażliwość. Często są też bardzo krytyczni wobec prezentowanego im przez dorosłych świata. Pamiętając swoje emocje sprzed kilkunastu lat wiem, że taka droga ma sens.

*Nie chodzenie po wodzie
jest cudem,
lecz chodzenie po ziemi.*
Mistrz Thich Nhat Hanh

Przedemną jeszcze długa droga. Moja praca dla tego świata dopiero się rozpoczyna. Jestem bardzo ciekawa, co przyniesie przyszłość. Możliwe, że wiele moich poglądów ulegnie weryfikacji i zmianie. Jednak poczucie jedności z każdym przejawem życia na tej pięknej Planecie pozostanie we mnie na zawsze. Natura regeneruje mnie i odświeża moje postrzeganie siebie i innych ludzi. Kontakt z nią, obserwowanie jej cykli i przemian pogłębia moje rozumienie świata i daje poczucie bezpieczeństwa. Cały świat jest moim ogrodem, o który pragnę dbać. Najpełniejsza czuję się idąc przez las, szukając szlaku wśród drzew, omijając strumyki, wspinając się na pagórki. Słucham rozmów ptaków, słucham ciszy. Chłonę kolory. Czasami dostaję większy prezent: widzę jelenia, dziką, wiewiórkę. Słyszę swój oddech. Czuję swoje zmęczone miastem ciało. Zachwycam się, że tak daleko doszłam.

Czuję radość.

*Jeden kwiat rozkwita:
wiosna wszędzie.*
Soiku Shigematsu

