

Mistrz zen otwiera szkołę we Wrocławiu. 'Ludzie mają dość ścigania się'



Bartosz Sadulski 2015-10-21,

Obojętnie, czy ktoś jest menedżerem, czy sprząta codziennie biurowiec, potrzebuje tego samego - wewnętrznego spokoju. Coraz więcej ludzi uświadamia sobie, że nie mogą się ścigać cały czas. Ten sposób życia jest budowany na lęku - mówi Alexander Poraj-Żakiej, jeden z najbardziej znanych polskich mistrzów zen.

Alexander Poraj-Żakiej należy do najbardziej znanych polskich mistrzów zen. Jest uczniem i jednym z trzech następców benedyktyna i mistrza zen, kontrowersyjnego Willigisa Jägera, któremu w 2001 roku Kongregacja Nauki Wiary, kierowana przez Josepha Ratzingera, zabroniła publicznych wystąpień.

Poraj-Żakiej jest dyrektorem duchowym "Benediktushof" w Holzkirchen (Niemcy), założonego przez Jägera w 2006 roku i należącego do największych ośrodków tego typu w Europie, a także przewodniczącym Fundacji Mądrość Wschodu i Zachodu, przy wsparciu której 19 października we Wrocławiu otwarto instytut Euphonia, koncentrujący się na coachingu i medytacji zen. Nakładem wrocławskiej fundacji ukazała się też niedawno książka "Rozmowy o codzienności", zbierająca wywiady z Poraj-Żakiejem i Jägerem.

Bartosz Sadulski : Zen zaczęło być traktowane jak jogging albo diety. Nie drażni cię to?

Alexander Poraj-Żakiej : W prasie zajmującej się szeroko rozumianym polepszeniem jakości życia medytacja często jest zestawiana z czynnościami, o których wspominasz. Naturalnie coś jest na rzeczy: jeżeli jesteśmy obecni i uważni, to nasz sposób życia zmienia się na lepsze. Im bardziej jesteśmy przy sobie, tym lepiej czujemy to, co robimy, i to, co się dzieje wokół nas. Tymczasem wiele rzeczy robimy kompletnie nieświadomie i nieobecnie. Gdybyśmy naprawdę byli obecni, to byłoby nam o wiele trudniej jeść niektóre potrawy albo spędzać wiele godzin przez telewizją. Sprawiamy sobie sami ból, którego fizycznie nie odczuwamy.

Nie propagujemy zen jako nowej metody rozwiązywania problemów. Zen to synonim bycia w czystej obecności, czemu towarzyszy przebudzenie, czyli inne postrzeżenie rzeczywistości. To ma być odkrycie, a nie nowa wiara.

Duchowość oderwała się od życia codziennego, zwłaszcza człowieka Zachodu, stając się ćwiczeniem, które wciska się między czas na pracę a rodzinę, jak interesujące hobby. Czy obserwujesz tę postępującą parcelację życia od dłuższego czasu?

- Nasz ośrodek, do którego przyjeżdża około 15 tysięcy osób rocznie, jest dobrym przykładem na to, że ludzi coraz bardziej interesuje integracyjne podejście do rzeczywistości. Dzielenie życia na różne części jest działaniem abstrakcyjnym. Jesteśmy cały czas w pełni i w rzeczywistości. Zen nie jest czymś dodatkowym. Jest sposobem życia. Z obecności wywodzi się działanie bardziej spontaniczne, bo wynika z tego, co jest, a nie z tego, co myślimy, że jest.

Dlaczego twoim zdaniem ludzie zaczęli być mniej obecni?

- Na Zachodzie przyczynił się do tego kult indywidualności. Wpojono nam, że indywidualista ma większe szanse na przeżycie. Mamy imperatyw do bycia wyjątkową osobowością. Wszystkie religie monoteistyczne również przyczyniły się do zwiększonego parcia na wyjątkowość jednostki. Uznały jednostkę za podmiot, który musi starać się o to, by kiedyś dojść do pełni w nagrodę za swoje zachowanie. Różnice między nimi istnieją tylko na poziomie wymagań.

Jesteśmy zmuszeni do pewnego rodzaju wyścigu o to, kto jest bardziej miłosierny, kto kocha lepiej. Ten wyścig przenosi się w inne sfery naszego życia i powoduje cierpienie zamkniętej w sobie jednostki niezdolnej do doznawania pełni tu i teraz, która może ewentualnie zaznać szczęścia po śmierci.

Wyjechałeś z Polski do Niemiec rozczarowany systemem, który panował w latach osiemdziesiątych.

- Wyjeżdżałem, mając kilkanaście lat, tak jak się wyjeżdża na wczasy. Szukałem przygody. Patrząc z perspektywy trzydziestu lat, mam z jednej strony świadomość, że wyjazd wiązał się z wieloma cierpieniami i wyrzeczeniami, ale dał mi możliwość pogłębienia interesujących mnie tematów. Dzisiaj jest już inaczej, ale sytuacja ekonomiczno-społeczna nie pozwala, by pewne tematy pojawiły się na tapecie, chociaż pojedyncze osoby się nimi zajmują.

Na przykład?

- Temat medytacji w zakładach pracy czy ćwiczenie obecności i uważności w szkołach. W Niemczech nie jest to już abstrakcja. Prowadzę dla setek pracowników dużych firm treningi z uważności i duchowości, co nie wydaje się zbyt oczywiste w Polsce. Zajęcia te nie mają charakteru religijnego. Nauka religii w Niemczech nie jest nauką o objawionej prawdzie - ma raczej charakter religioznawstwa, co bierze się z zaszczepionej kultury ekumenizmu, w szkołach jest przecież wiele młodzieży o różnych wyznaniach.

W Polsce, gdzie trwa monolit narodowościowy i religijny, jak i lęk przed jego pękaniem, nie jest możliwa multikulturowość. Tam rzeczywistość zmusza do spotkania z innymi sposobami życia, które wcale nie są gorsze.

Kiedy prowadzisz zajęcia dla pracowników firm, widzisz, że oni potrzebują czegoś konkretnego?

- Wiele osób potrzebuje spokoju wewnętrznego. Coraz więcej ludzi uświadamia sobie, że nie mogą się ścigać cały czas. Obojętnie, co masz, zawsze twoja głowa wymyśli, że możesz mieć więcej. Ten sposób życia jest budowany na lęku. Ćwiczenie jest bezpośrednią konfrontacją z rzeczywistością, a zatem i z lękiem. Obojętnie, czy ktoś jest menedżerem, czy sprząta codziennie biurowiec, potrzebuje tego samego. W ośrodku gościimy i milionerów, i ludzi z trudem wiążących koniec z końcem. Stan duchowy jest zależny od tego tylko trochę. Esencja nie zależy od pieniędzy.

A dla ciebie pieniądze mają znaczenie?

- Mają znaczenie, bo mam dwójkę dzieci i zagwarantowanie im pewnej jakości życia jest związane z pieniędzmi. Pieniądze nie są celem samym w sobie. To coś, co nam pomaga żyć, a

nie coś, co trzeba mieć.

Żyjąc jako młody chłopak w takim państwie jak Niemcy, mogłem bardzo szybko zobaczyć, że pieniądze mnie nie uszczęśliwiają. Wszystko, o czym marzyłem w Polsce, mogłem mieć niewielkim wysiłkiem w Niemczech. W takim razie skoro to mam, co dalej? W Niemczech jest wiele osób, które zdobyły w kilkanaście lat to, o czym generacja naszych rodziców i dziadków marzyła i na co pracowała przez dekady. Oni to mają albo mieli na dzień dobry, bo dostali w spadku.

Prowadziłem niedawno duży warsztat dla ludzi w wieku 25-30 lat, którzy będą dziedziczyli duże firmy i koncerny. To była bardzo ciekawa praca, bo tym osobom nie chodzi już tylko o powiększenie majątku. Zaczynają coraz bardziej dostrzegać odpowiedzialność socjalną za otoczenie. Coraz ważniejsze jest dla nich nie to, co robią, ale jak to robią.

Zakładają dziesiątki fundacji wspierających szczytne idee. Postanowiliśmy niedawno, że przyjmiemy do naszego ośrodka dwie duże rodziny uchodźców. Kobieta, która wsparła założenie naszego ośrodka, zaproponowała, że jej fundacja kupi dom dla samotnych kobiet z dziećmi uchodźców. To prywatne inicjatywy, których jest bardzo wiele. To ludzie, a nie polityka czy media zmieniają rzeczywistość.

Wydaje mi się, że w Polsce cierpimy na duży deficyt współczucia, widoczny teraz bardzo wyraźnie. Temat uchodźców jest na Zachodzie podejmowany z dużo większą życzliwością niż u nas, gdzie solidarność jest wymuszona. Praktykowanie zen może pomóc pogłębić współczucie?

- Nie tyle samo zen, co praktykowanie obecności. Bycie w jedności z tym, co jest, jest już współczuciem. Wtedy dopiero możesz poczuć to samo, co osoba, która ucieka. Dopiero wtedy może cię to dotknąć.

Na Zachodzie też wiele osób jest przeciwko przyjmowaniu uchodźców, ale warto porównać, w jaki sposób się o tym mówi. Niemcy przyjmują około miliona uchodźców. Dyskusja w Polsce krąży wokół kilku tysięcy, więc dyplomatycznie można powiedzieć, że kategorie wagowe są inne. Niemcy wiedzą o tym, że nie mają historycznie czystego sumienia, ale mają też poczucie obowiązku wywodzące się ze świadomości tego, co mają i na co ich stać.

W państwach postkomunistycznych trwa lęk przed utratą tego, co dopiero udało się wypracować. Polacy boją się, że ktoś przyjdzie i im coś zabierze. Boją się, że dla nich czegoś nie wystarczy. Ten lęk egzystencjalny jest u nas silniejszy niż w krajach żyjących od czasów powojennych w dobrobycie. Dlatego nie można ich porównywać ze sobą.

Dokonałeś w Niemczech aktu apostazji. Dlaczego?

- Studia nad mistrzem Ekhardem i mistykami hiszpańskimi, którzy podważają chrześcijańską teologię, uświadomiły mi, że trudno być mi członkiem jakiegokolwiek Kościoła chrześcijańskiego. Interpretacje Kościołów różnią się za bardzo od podejścia mistyków. Apostazja była dla mnie kwestią bardzo osobistą, bo poczułem się wolny, mogąc poszukiwać, nie należąc jednocześnie do żadnej religii. Jednak nie jestem buddystą. Nie trzeba być czymś lub kimś, żeby być obecnym.

Jesteś ateistą, gnostykiem?

- Uważam siebie za chrześcijanina. Często wchodzę do kościołów i w nich siadam, ale nie uczestniczę w życiu sakramentalnym.

Uważasz, że religie monoteistyczne nie nadążają za potrzebami ludzi i są zbyt oderwane od rzeczywistości?

- Wszystkie instytucje religijne, a nawet zen, kreują też rzeczywistość. Problem religii polega jednak na tym, że opiera się na wierze w "prawdę objawioną", podczas gdy wschodnie podejście do rzeczywistości jest zbudowane na spostrzeżeniach i doświadczeniach bezpośredniego kontaktu z rzeczywistością. To subtelna różnica, ale właśnie dlatego religie monoteistyczne zawsze będą dogmatyczne. To nie jest wiara w Boga, lecz w sposób Jego objawienia się. Tego w zen, czy nawet w buddyzmie, nie ma.

Tekst pochodzi z portalu Gazeta.pl - www.gazeta.pl © Agora SA