

UKOJENIE

To była wioska w odpowiednich do przyswojenia porcjach. Znacznie mniejszych niż dotąd, lecz tak jak dotychczas pokrzepiających. Lipcowe warsztaty były kameralnym spotkaniem wrażliwych ludzi. Zauważyłam jednak, że z kolejnej fali lockdownu ci ludzie wyszli nieco nadwrażliwi. Są tkliwi i trochę jakby cierpią. Pandemiczna trauma, która objęła cały świat, wywołuje w jednostkach specyficzne poczucie posiadania wewnętrznej dziury. Wielką, czarną dziurę, w której wszystko znika, przepowiadała Basia Michera, już w Przesileniach. Sądzę jednak, że każdy z nas nosi w sobie swoją własną. W ubiegłym roku w Rozziewie swoją propast opisał Honza Mrazek. Co ciekawe, taką samą przepaść (pośrodku klatki piersiowej) miały ludziki, które tu i ówdzie rysowała w tym roku Julia Drapejewska. Tegoroczna praca nad Bajzlem oraz rozmowy towarzyszące jego powstawaniu to dalszy ciąg opowieści o pogłębiającym się zapadlisku. O wylewaniu się przez własną dziurę przy utracie uważności względem siebie. I o czyjejś dłoni, która z tej ciemności sięga błagając o pomoc. Mam jednak wrażenie, że ostatnio mimo dobrej woli coraz mniej wiemy jak udzielać sobie ratunku.

Posiadanie dziury wiąże się bowiem z trudnością powrotu do nawiązywania relacji. Utrudnia spontaniczną radość ze spotkania, mimo że bardzo chcielibyśmy się cieszyć. Ciągłe spięcie sprawia, że nie wiemy jak zachować się względem większego zgromadzenia. O tej niemocy mówiła Basia Szpunier w swej scenie z lustrem podczas tegorocznej premiery spektaklu IST. Z uwagi na nasze zróżnicowane doświadczenia i charaktery pojawiają się trudne stany, płaczliwość, irytacja. Dochodzi do nieporozumień. Zauważyłam, że pewien dotkliwy brak – smutna wyrwa, tęsknota, jakaś beznadzieja – to obecnie powszechne zjawisko i zastanawiam się jak sobie z nim radzić.

Regeneracja jest procesem, który musi przebiegać powoli. Zachowując pokorę wobec zastanej sytuacji oraz kierując się empatią, czułością i dbałością wobec siebie i otoczenia możemy doprowadzić go do końca, wychodząc wzmocnieni. W razie konfliktu nie pogłębiać podziału, nie obrażać się, nie uciekać. Wybaczać. Trzymając się Złotej Nici porozumienia działać na rzecz zgody oraz równowagi, zarówno otoczenia jak i własnej.

Optymistyczna jest w związku z tym pewna obserwacja z lipcowej Wioski. Zauważyłam wśród uczestników i uczestniczek wzmożoną troskę o same i samych siebie. Trening ważnej sztuki odpuszczania. Pewien rodzaj działania „na miarę możliwości”. Ta myśl jest pokrzepiająca, gdyż troska o innych staje się możliwa tylko wówczas, gdy najpierw zaopiekujemy się sobą. Aby odnajdywać wyrozumiałość i miłość wobec innych trzeba najpierw mieć te cnoty ugruntowane względem siebie. Wobec tych zjawisk jednym z najistotniejszych motywów lipcowej Wioski był wątek arteterapii. Sztuka to również działanie skierowane jednocześnie do wewnątrz i do zewnątrz. Myślę, że obecnie najważniejszym zadaniem sztuki i twórców, a także wszystkich osób starających

się być uważnymi, jest działanie na rzecz ukojenia. Działania twórcze mogą wspomóc delikatną, wtórną integrację oraz odbudowę więzi – najpierw ze sobą, potem z kimś drugim. Wtedy stado będzie mogło się utrzymać, a dziura będzie się łączyć.

Maria Helena Legeżyńska