

## Biblioteka NA ZDROWIE

● Nie trzeba być wnikliwym obserwatorem, by zauważyć, że każdy człowiek koncentruje się głównie na samym sobie – pisze Ryszard Klein we wstępie do swej, wydanej przez KOS, książki „Cisza. Esencja naszego umysłu”. Szczególnie jest to widoczne, gdy ktoś próbuje ingerować w nasz osobisty obszar.

Wtedy – zwykle wewnątrz – srożymy się niczym jeż, chowamy w skorupie niczym ślimak, gotowi z determinacją bronić swego ja. I to jest nasz, i to jest każdego człowieka problem – zdaje się twierdzi autor „Ciszy...”, próbując bez agresji, a raczej poprzez sugerowanie łagodnych rozwiązań, namówić czytelnika na otwartość.

– Nasze życie jest lustrem, odbijającym obraz wewnętrznego świata. Jeżeli chcę życie odmienić, muszę wyjść z ograniczeń własnych wyobrażeń, iluzji i lęków – wręcz poetycko ujmuje to Klein.

Z drugiej strony autor dostrzega, że trzeba nie lada odwagi, by bez przymusu podjąć się weryfikacji własnego ja. Przede wszystkim barierą jest głęboko w nas ukryty lęk przed zmianami, przed utratą misternie budowanej własnej, acz – jak twierdzi Klein – sztucznej tożsamości.

Tu dochodzimy do tego, kto jest za to odpowiedzialny? Oczywiście – umysł. I tu autor stosuje kolejny podział – na „umysł zwykły” (nie dopuszczający do siebie żadnych myśli i przekonań poza przez siebie wytworzonymi) i umysł wolny od iluzji. Tę wyższą jakość można osiągnąć poprzez intensywny trening – samoobserwację i medytacyjne ćwiczenia (przedstawiane także w tej książce), mające na celu uwalnianie się od iluzji, zyskanie wewnętrznego spokoju, harmonii i szczęścia.

Dla zobrazowania swej teorii Klein odwołuje się do powszechnie znanych przykładów i wspólnych nam wszystkim obrazów z kultu-

ry masowej. Najbardziej wyrazisty obraz wyjścia poza schematyczne myślenie odnajduje w filmie „Truman show”. Jak pamiętamy, bohater filmu przez długie lata niczego nie podejrzewał, dając się oglądać i podglądać jak kukła w wymyślanym świecie. Dopiero gdy wypłynął w morze, by sięgnąć ręką horyzontu, przeżył szok, docierając do namalowanej na płótnie makiety.

Trudno nam będzie w tej – toczony podczas lektury książki – rozgrywce o własne ja przeżyć coś podobnego, ale z niewielką pomocą autora przynajmniej na cząstkę podobnego olśnienia możemy się przygotować.

Książka odśłania wielobarwność ludzkiej natury i niewątpliwie może być łatwiejszą lekturą dla człowieka ukierunkowanego na stałe (niczym wspomniany Truman...) poszukiwanie, niż dla osobnika nie dopuszczającego do siebie myśli, że poza światem zastanym może istnieć jakiś inny. Geniusz radia, Marconi, po nocy spędzonej nad swym wynalazkiem, zwierzył się przyjacielowi, że jednego nie rozumie – dlaczego radio działa...?

Może zabrakło mu tej książki...

N



● **Cisza. Esencja naszego umysłu – Ryszard Klein, KOS 2012, s. 384**