

Emocjonalny kompas

Dawno temu, zanim ludzie nauczyli się zaznaczać północ na mapach, nosili przy sobie niewielkie kompasy.

Nie wszystkie były takie same.

Jedne miały ciężkie igły. Poruszały się powoli. Można było wejść z nimi do lasu, na mokradła, w pobliże skał i starych kopalń, a one długo jeszcze pokazywały ten sam kierunek.

Inne były niezwykle czułe.

Wystarczyło przejść obok żelaznej bramy, dużego głazu, płynącej pod ziemią wody albo człowieka niosącego metalowe narzędzia, a igła zaczynała drżeć.

Przez wiele lat ludzie spierali się, które kompasy są lepsze.

Posiadacze ciężkich mówili:

— Dobry kompas powinien być stały.

Posiadacze czułych odpowiadali:

— Dobry kompas powinien zauważać, że coś się zmieniło.

I właściwie obie strony miały rację.

Ciężki kompas pozwalał przejść przez burzę bez zmiany kierunku.

Czuły potrafił wskazać coś, czego człowiek jeszcze nie widział.

Zdarzało się, że jego igła nagle odchyłała się w środku zwyczajnej łąki.

Podróżnik zatrzymywał się.

Kopał.

Kilka łopat ziemi niżej znajdował starą żelazną skrzynię albo pokład rudy.

— Skąd wiedziałeś? — pytano.

— Nie wiedziałem. Kompas zareagował.

Dlatego czułych kompasów szczególnie chętnie używali ludzie zajmujący się tym, czego nie było jeszcze widać.

Potrafili wyczuć zmianę pogody.

Obecność metalu.

Niekiedy nawet nadchodzące osunięcie ziemi.

Z czasem zauważono jednak dziwną rzecz.

Niektórzy właściciele czułych kompasów zaczęli zapominać, do czego właściwie służy igła.

Jeżeli któregoś ranka odchyłała się na wschód, mówili:

— Północ jest dzisiaj na wschodzie.

Jeżeli wieczorem wracała na zachód, oznajmiali:

— Myliłem się. Północ jest na zachodzie.

Następnego dnia przechodzili obok żelaznej bramy i byli całkowicie pewni, że północ znajduje się przy bramie.

Nie kłamali.

Patrzyli przecież na kompas.

Igła naprawdę tam wskazywała.

Tyle że kompas nie mówił:

„tam jest północ”.

Mówił:

„tutaj znajduje się coś, na co jestem wrażliwy”.

To były dwa zupełnie różne komunikaty.

Tylko przez wiele lat nikt nie zwrócił uwagi na różnicę.

W pewnym miasteczku żyła kobieta, która posiadała jeden z najczulszych kompasów w całej okolicy.

Nazywała się Mira.

Jej igła reagowała na prawie wszystko.

Na zmianę ciśnienia.

Na skały.

Na burzę.

Na ludzi.

Kiedy ktoś wchodził do pokoju zdenerwowany, kompas Miry potrafił zacząć drżeć, zanim człowiek wypowiedział pierwsze słowo.

Kiedy w domu przez kilka dni coś było nie tak, choć wszyscy mówili, że jest dobrze, jej igła odchylała się już przy wejściu.

Była dzięki temu niezwykle uważna.

Ludzie przychodzili do niej i pytali:

— Jak ci się wydaje, czy coś się tutaj dzieje?

Mira patrzyła na kompas.

Bardzo często miała rację.

Po latach zaczęła więc ufać mu coraz bardziej.

Aż pewnego dnia wydarzyła się niewielka rzecz.

Pokłóciła się z człowiekiem, którego kochała.

Nie była to wielka kłótnia.

Jedno zdanie.

Potem drugie.

Drzwi zamknęły się trochę mocniej niż zwykle.

Mira spojrzała na kompas.

Igła gwałtownie obróciła się na południe.

— Wiedziałam — powiedziała. — To wszystko było pomyłką.

Jeszcze poprzedniego dnia planowała z tym człowiekiem wspólną podróż.

Tego wieczoru zaczęła pakować rzeczy.

Kiedy emocje opadły, igła powoli wróciła.

Mira spojrzała na nią i rozpłakała się.

— Chyba przesadziłam.

Rozpakowała walizkę.

Kilka tygodni później zdarzyło się coś podobnego.

Tym razem igła skreśliła na zachód.

— Muszę odejść — powiedziała.

Odeszła.

Po miesiącu kompas pokazywał znowu północ.

— Chcę wrócić.

Wróciła.

Człowiek, z którym żyła, coraz częściej przestawał pytać, co Mira mówi.

Zaczął patrzeć na walizki.

Jeżeli były schowane, zakładał, że zostaje.

Jeżeli stały przy drzwiach, wiedział, że właśnie zmieniała się północ.

Mira tego nie rozumiała.

— Dlaczego mi nie wierzysz? — pytała.

— Wierzę ci — odpowiadał.

— Więc dlaczego nie traktujesz poważnie tego, co mówię?

— Traktuję bardzo poważnie. Tylko już wiem, że kiedy mówisz „północ”, czasami opisujesz miejsce, przy którym właśnie stoi twój kompas.

Mira poczuła się dotknięta.

Przecież niczego nie udawała.

Kiedy chciała odejść, naprawdę chciała odejść.

Kiedy chciała wrócić, naprawdę chciała wrócić.

Kiedy kochała, kochała.

Kiedy była wściekła, nie potrafiła znaleźć w sobie miłości.

Kiedy czuła bliskość, nie rozumiała, jak mogła kiedyś myśleć o odejściu.

Każdy z tych stanów był prawdziwy.

I właśnie w tym tkwił problem.

Pewnego dnia do miasteczka przyjechał stary kartograf.

Nie naprawiał kompasów.

Nie sprzedawał nowych.

Przez całe życie chodził po świecie i nauczył się, że najtrudniejsze nie jest znalezienie północy.

Najtrudniejsze jest rozpoznanie, **co właśnie poruszyło igłę.**

Mira pokazała mu swój kompas.

— Jest zepsuty — powiedziała.

Kartograf długo go oglądał.

Położył obok żelazny klucz.

Igła natychmiast się poruszyła.

Odsunął klucz.

Wróciła.

Przyniósł kamień.

Znów drgnęła.

Podszedł z kompasem do okna, potem do pieca, potem do drzwi.

Za każdym razem igła reagowała.

— Nie jest zepsuty — powiedział.

— Więc dlaczego ciągle pokazuje coś innego?

— Bo bardzo dużo widzi.

Mira milczała.

— To dobrze?

— Bardzo dobrze.

— A jednak przez niego nie wiem, dokąd iść.

Kartograf pokiwał głową.

— Bo próbujesz używać jednego instrumentu do dwóch różnych rzeczy.

Wyjął z torby mapę.

— Kompas może powiedzieć ci, że weszłaś w jakieś pole. Ale nie każde pole jest kierunkiem podróży.

Mira spojrzała na niego.

— Nie rozumiem.

Kartograf położył dłoń na stole.

— Jeżeli staniesz przy ogniu, zrobi ci się gorąco.

— Oczywiście.

— Czy to znaczy, że cały świat stał się gorący?

— Nie.

— Jeżeli wejdiesz do zimnej rzeki, zmarzniesz.

— Tak.

— Czy wtedy zima przyszła na cały świat?

Mira pokręciła głową.

— Twój kompas robi dokładnie to samo. Mówi ci, **w czym właśnie jesteś**.

Po raz pierwszy od wielu lat Mira spojrzała na igłę inaczej.

Dotąd traktowała ją jak sędziego.

Teraz zaczęła widzieć w niej czujnik.

Kartograf mówił dalej:

— Czasami jesteś przy gniewie.

Czasami przy lęku.

Czasami przy bliskości.

Czasami przy opuszczeniu.

Czasami przy pragnieniu.

Czasami przy kimś, kto swoją obecnością zmienia całe pole.

Igła wtedy reaguje.

I dobrze, że reaguje.

Problem zaczyna się dopiero wtedy, kiedy każde jej poruszenie staje się nową geografią świata.

Mira siedziała długo bez słowa.

— Czyli nie mam ufać temu, co czuję?

Kartograf uśmiechnął się.

— Właśnie przeciwnie. Masz ufać temu tak bardzo, żeby **nie żądać od tego, by było czymś innym niż jest**.

— Czyli?

— Jeżeli czujesz gniew, uznaj gniew. Nie musisz od razu ogłaszać końca miłości.

Jeżeli czujesz chęć odejścia, zauważ ją. Nie musisz jeszcze przepisywać całej historii wspólnego życia.

Jeżeli dzisiaj potrzebujesz bliskości, możesz jej potrzebować bez składania przysięgi, że już nigdy nie będziesz chciała samotności.

Mira pierwszy raz usłyszała, że zmienność nie musi być kłamstwem.

Przez całe życie próbowała każde aktualne uczucie zamieniać w prawdę o całym świecie.

Była smutna — więc życie było złe.

Kochała — więc wszystko było dobre.

Bała się — więc ktoś musiał być niebezpieczny.

Była spokojna — więc niebezpieczeństwa nie było.

Chciała odejść — więc więź nie istniała.

Chciała wrócić — więc więź zawsze istniała.

Nie zauważała, że kompas nieustannie mówił prawdę.

Tylko ona zadawała mu niewłaściwe pytanie.

Pytała:

„gdzie jest północ?”

gdy on odpowiadał:

„coś właśnie działa na ciebie z tej strony.”

Od tamtego dnia Mira nie stała się mniej emocjonalna.

Przeciwnie.

Zaczęła dostrzegać jeszcze więcej.

Różnicę między gniewem a strachem ukrytym pod gniewem.

Między pragnieniem odejścia a potrzebą przestrzeni.

Między tęsknotą za człowiekiem a tęsknotą za tym, kim była przy nim.

Między samotnością a miłością.

Jej kompas nadal drżał.

Niekiedy obracał się niemal o pełne koło.

Ale Mira przestała natychmiast przesuwać północ.

Mówiła wtedy:

— Coś tu jest.

I czekała.

Czasami po godzinie wiedziała więcej.

Czasami następnego dnia.

Niekiedy dopiero po tygodniu.

Zdarzało się też, że pierwsze wskazanie było trafne i trzeba było odejść.

Ale teraz odchodziła dlatego, że **zobaczyła drogę**, a nie dlatego, że igła na chwilę drgnęła.

Po wielu latach sama zaczęła uczyć innych.

Przychodzili do niej ludzie z ciężkimi kompasami i ludzie z czułymi.

Mężczyźni i kobiety.

Ci, których igła prawie nigdy się nie poruszała, i ci, których reagowała na każdy krok drugiego człowieka.

Nigdy nie mówiła, że jeden rodzaj jest lepszy.

Ciężkim przypominała:

— Czasem pole zmieniło się już dawno, a wy nadal idziecie na północ tylko dlatego, że zawsze tam szliście.

Czułym mówiła:

— Nie każde poruszenie igły jest zmianą świata.

A kiedy ktoś pytał ją, jaki kompas jest najlepszy, odpowiadała:

— Taki, którego właściciel wie, **co właściwie wskazuje**.

Z czasem w miasteczku zaczęto inaczej mówić o emocjach.

Nie: „emocje są prawdą”.

I nie: „emocjom nie można ufać”.

Mówiono raczej:

emocja jest prawdziwą informacją o spotkaniu organizmu z chwilą.

Ale chwila nie jest całym życiem.

Pole nie jest północą.

A igła, która drży, niekoniecznie jest zepsuta.

Czasami jest po prostu bardzo czuła.

I może właśnie dlatego potrzebuje nie mniej szacunku, lecz **więcej umiejętności czytania**.

Bo największym niebezpieczeństwem nie jest to, że człowiek ma emocjonalny kompas.

Największym jest chwila, w której zapomina, że **kompas wskazuje również to, co znajduje się blisko niego**
— **a nie tylko kierunek, w którym powinien przeżyć całe swoje życie.**