



Paulina Doktor

Drogowskasz przystani



Paulina Doktor – duchowy doradca, pisarka, artystka, szczęśliwa mama. Urodziła się w Jaśle, w 1988 roku. W młodym wieku wyjechała za granicę. Wolny czas poświęca malowaniu i pisaniu – te pasje towarzyszą jej od wczesnego dzieciństwa. Interesuje się teozofią, ezoteryką oraz naturoterapią. Kocha życie, muzykę i obcowanie z naturą. Marzy o założeniu ośrodka, który pomoże w przywracaniu harmonii ducha i ciała.

To człowiek podzielił świat, więc może nadeszła pora, by znów go zjednoczył. W głębi serca nosimy przecież wszyscy (a na pewno przeważająca większość z nas) te same pragnienia. Są nimi miłość, zdrowie, szczęście, poczucie bezpieczeństwa. Niestety, świat, o którym marzymy, jest często sprzeczny ze światem, który dostrzegamy na zewnątrz. Czy nadzieja na lepsze jutro wystarczy, by zmieniło się nasze życie?

Jesteśmy przekonani, iż znamy siebie jak nikt inny i wiemy, co jest dla nas najlepsze. Ja również tkwiłam w takiej wierze. Ale prawda o sobie samym nie zawsze jest wygodna, nie zawsze widoczna, choć w końcu można ją rozpoznać. Ona zawsze zwycięża. Zawsze była, jest i będzie.

Zapraszam Cię w podróż do swego wnętrza, podczas której poprzez zwykłe słowa możesz poczuć, jak trzymamy się za dłonie. Być może przez jedną krótką chwilę, a być może już na zawsze... Może też uznasz, że znajdziesz w niej drogowskaz dla siebie. Mam nadzieję, że lektura tej książki pomoże Ci wyzwolić drzemającą w Tobie siłę, prowadząc do źródła jedności, miłości i równowagi.

Paulina Doktor

Sorus

PRZEJDŹ
do księgami online:
www.sorus.pl

Paulina Doktor

Drogowskaz przystani



Redaktorka prowadząca

Michalina Wesołowska

Redakcja

Błażej Kuszczelski

Projekt okładki

Magda Dębicka

Skład

Travel & Design Miron Kokosiński

Ilustracje

Paulina Doktor

Copyright © by Paulina Doktor 2022

Copyright © by Sorus 2022

Wydanie I, Poznań 2022

ISBN 978-83-67139-13-7

Wydawnictwo Sorus

Księgarnia internetowa: www.sorus.pl

Przygotowanie, druk i dystrybucja

DM Sorus Sp. z o.o.

ul. Bóżnicza 15/6, 61-751 Poznań

tel. +48 61 653 01 43

sorus@sorus.pl

*Dla
wszystkich moich braci i siostr*

Przedmowa

Piszę do Ciebie ze szczerością, miłością i prostotą. To w nich skrywa się prawda – największy skarb, jaki udało mi się odkryć i którym postanowiłam się dzielić.

Czy widząc górę śniegu, dostrzegasz liczbę płatków, które ją tworzą? Jak to możliwe, że każdy z nich jest inny? W jaki sposób stada ryb lub ptaków komunikują się między sobą? Czy podczas dnia odczuwasz słońce, które skrywają chmury? Czy wzięłaś/wziąłś kiedykolwiek pod uwagę, że spadająca gwiazda wcale nią nie jest? Czy zastanawiałaś(-eś) się, co czuł Fryderyk Chopin, tworząc swe utwory? A czy Twój nos, na który patrzysz przez cały czas, dostrzegasz tylko teraz, kiedy ktoś Ci o nim przypomni? Widzisz, podobnie jest z Bogiem, On jest wszystkim, co nas otacza. Tobą i mną. Tą kartką papieru i każdą literą, jej kształtem i „dźwiękiem”.

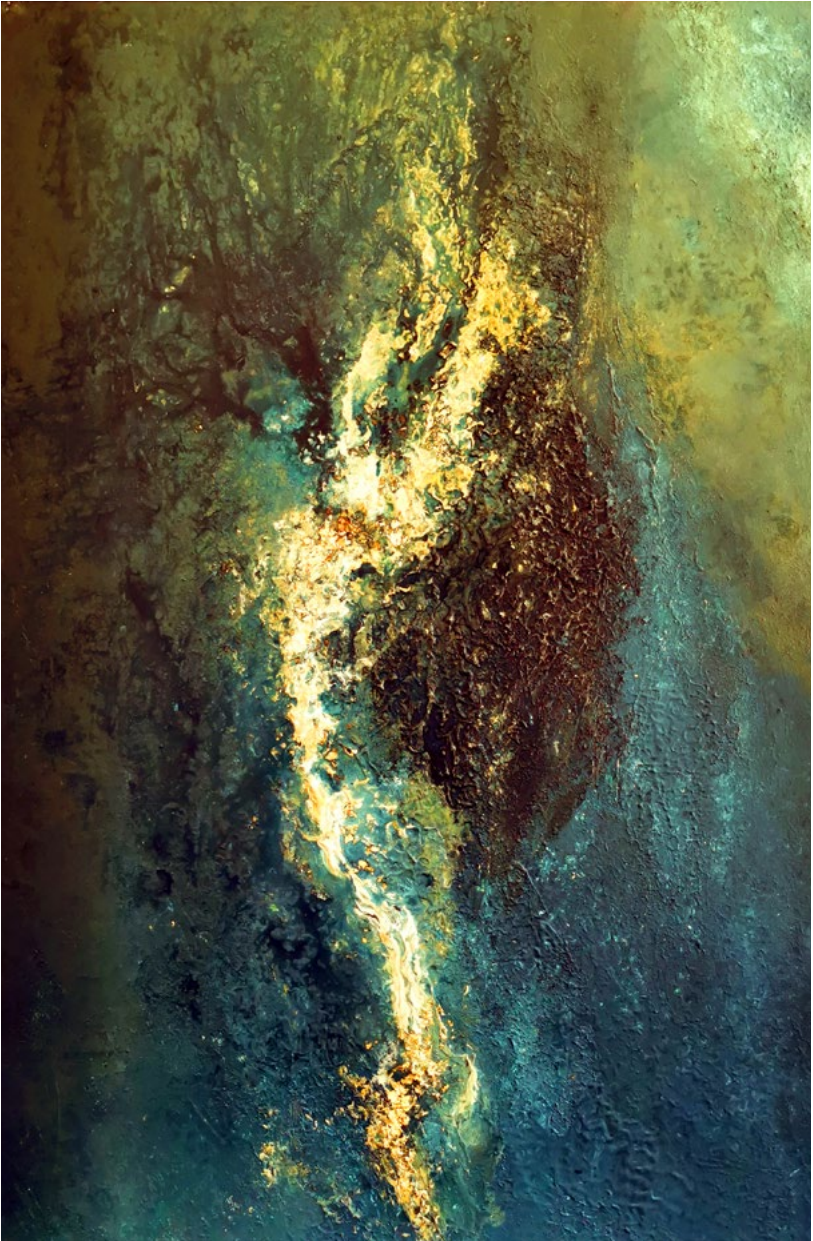
Czy zakładasz, że trzeba być górą, by poczuć się wysoko? Kiedy zastanawiasz się nad odpowiedzią, leżąca spokojnie dolina spogląda ku górze, która woła: „Spójrzcie, jestem wspaniałą górą!”. Na co dolina odpowiada echem: „Spójrzcie, jestem piękną doliną!”. W pełni świadome, że nic na tym świecie nie może zaistnieć bez swego przeciwieństwa.

Tylko w jedności ze wszystkim można ułożyć pełne zdanie.

Możesz wybrać się na pielgrzymkę. Wyjechać do Indii, rozmawiać z samym Buddą. Udać się do świętych miejsc. Zwiedzić całą kulę ziemską, niczego nie widząc i nie słysząc. Staniesz.

Stwierdzisz, że inaczej to sobie wyobrażałaś(-eś), po czym ka-
żesz zrobić pamiątkowe zdjęcie. Wrócisz do domu, usiądziesz na
kanapie z tymi samymi odczuciami, które miałaś(-eś) wcześniej.
Możesz wybrać się na spacer, iść przez las, mijać drzewa, kwia-
ty, łąki, ptaki, krajobrazy. I gdy ktoś zapyta, co widziałaś(-eś),
odpowiesz, że nic, bo przecież byłaś(-eś) tylko w lesie, a nie
w San Francisco. Ominiesz wysokość, kolor, kształt, zapach, nie
czując nawet, że idziesz. Nie zobaczysz nic, dopóki nie oddasz
się tu i teraz. Nie jesteś obecna(-y). Twoje myśli krążą wokół wy-
darzeń, planów, pracy. Obudź się.

*I będziesz rozumieć język niewidzialny,
a tży poptyną już tylko szczęśliwe.
Wtedy porzucisz swe ciało,
stając się twórczą myślą.*



Program I: Dzieciństwo

Odkąd pamiętam, zastanawiał mnie sens życia. Czy jestem jedyną, której wydaje się, że istnieje coś więcej? Skąd i dlaczego biorą się te odczucia? Gdzie najrozsądniej rozpocząć poszukiwania na trapiące pytania. Takie jest życie, tak muszę, tak trzeba. Spójrz, za czym goni reszta świata – tłumaczyłam sobie. Nie możesz inaczej, nie masz wyjścia. Wiem, jak ciężko usłyszeć głos serca, jak trudno podjąć decyzję i postawić pierwszy krok. Czy można wydostać się z pułapki ludzkich wierzeń, nie mając pojęcia, że się w niej znajdujemy? Sądzę, że nic nie łączy ze sobą ludzi bardziej niż szczerłość i prawda. Jesteśmy ukształtowani z tych samych odczuć i podobnych doświadczeń. Choć z pozoru nasze życie może wydawać się zbyt przyziemne i mało fascynujące, jestem przekonana, że każdy z nas nosi w sobie swą niepowtarzalną i nieopowiedzianą historię.

Kiedy miałam około sześciu lat, naszą wioskę po raz pierwszy odwiedził cyrk. Pamiętam, z jakim zafascynowaniem oglądałam czarodziei połykających miecze, przecinających ciała w pół. Jak to możliwe, że wierzyłam we wszystko, co widzę, a co jest iluzją? Zamiast miejsca na widowni pragnę zaprosić Cię za kulisy czarodziejskich sztuczek. Przekonasz się, jak to, co z pozoru wydaje się trudne, jest w rzeczywistości proste, a czego poznanie może zmienić wszystko na zawsze. Nim przejdę do wyjaśnień, muszę

Cię o coś poprosić. Za każdym razem, kiedy weźmiesz tę książkę do ręki, poszukaj wygodnego miejsca, weź kilka głębokich oddechów i zapewnij sobie chwilę ciszy. Rozproszona(-y), niczego nie usłyszysz. Jeśli jesteś gotowa(-ów), postaraj się odrzucić rozmyślanie. Nie negocjuj, nie oceniaj i nie analizuj. Popłyn z biegiem odczuć, które nieustannie przepływają przez Twe wnętrze. To bardzo istotne. Czytasz właśnie moją książkę. Nie posiadam nic, co potwierdzałoby, że wiedza w niej zawarta została zdobyta na najlepszym uniwersytecie, czy gdziekolwiek indziej. Jeszcze całkiem niedawno karciłam się za brak świadectwa, które – jak mnie zapewniano – podniosłoby moje niskie poczucie wartości. Postrzeganie życia w ten sposób zawdzięczam ludziom, którzy nauczyli mnie wartościowania dobra. Znasz kogoś, kto chwali się dobrocią? Ja nie. Wyobraź sobie, że spotykasz znajomego, który opowiada Ci, że zrobił dzisiaj coś dobrego. Dziwne, prawda? Niby łatwo odróżnić dobro od zła, ale co, jeśli wszystko może okazać się dobrem? Pozwól, że zacznę od początku i nieco przybliżę Ci swoją historię.

Urodziłam się w spokojnej wiosce położonej w południowo-wschodniej części Polski. Dzieciństwo dzieliłam z pięcioma siostrami i jednym bratem. Mimo licznego rodzeństwa od zawsze towarzyszyło mi poczucie, że nie pasuję do tego świata. Nikt mnie nie rozumie i nie będzie potrafił zrozumieć. Dlatego uwielbiałam samotność. Moim przyjacielem zostało drzewo w naszym ogrodzie, ono poznawało wszystkie moje tajemnice, to na nim pisałam już wtedy wiersze, nie mając pojęcia, czym one tak naprawdę są. Nikt z mojego otoczenia nie robił takich rzeczy,

więc wszystkie zapiski lądowały pod ziemią. Zostałam wychowana w wierze katolickiej, jak większość Polaków. W moim domu seks i nagość były tematem tabu. Również przytulanie, całowanie oraz okazywanie sobie czułości. Coś, co nazywamy rozmową, było raczej nakazem. Nie było dyskusji, gdyż dzieci i ryby głosu nie mają. Nie rozumiałam dosłownie niczego.

Pytałam: „Boże, dlaczego tak się dzieje?!”. Niestety nie usłyszałam żadnej odpowiedzi. Od zawsze bałam się ojca, nie tylko ja, ale cała rodzina. Ciężki miał charakter i rękę, do tego większość wypłaty przeznaczał na alkohol. Wciąż widzę to małe dziecko, które nie wie, do kogo ma się udać. Co mi po drzewie, ono potrafi tylko słuchać. Z tej małej, słodkiej dziewczynki zaczęła wyrastać buntowniczką. Na pozór odważna, w środku rozszarpana emocjonalnie.

Na szczęście w moim życiu trafiałam również na miejsca, w których przygnębienie schodziło na drugi plan. Pierwszym z nich był dom dziadków. Jedyne w swoim rodzaju, samotny dom pod lasem i dookoła zupełnie nic. Cisza i spokój. Łąki, drzewa i kwiaty. Dziadkowie również nie mówili mi, że mnie kochają, nie okazywali mi tego w żaden szczególny sposób, nie było takiej potrzeby, ta miłość wypełniała powietrze. Tam nikt nie krzyczał, nie rozkazywał, co mam robić. Mogłam być sobą i to w zupełności wystarczało. To miejsce miało swój niepowtarzalny urok, zapach i głos. Świerszcze, koniki polne. Przejazdźka na kopie siana, kolacja z chlebem prosto z pieca i kompotem z zebranych wcześniej owoców w sadzie. Nigdy dotąd nie odczułam uroków wsi i piękna przyrody tak jak tam. Kolejnym miej-

scelem był nasz kościół. Lubiłam chodzić do niego sama, w środku tygodnia. Wtedy można było słyszeć stukot butów, oddech drewna i własne myśli. Ten zapach był nieco zimny, ale również wyjątkowy. Msza była mszą, nie jak w niedzielę – lustrowaniem ludzi i pogaduszkami w ostatniej ławce z koleżankami. Modlitwa – bezgłosną prośbą płynącą prosto z serca.

W domu mojej koleżanki odczułam i zobaczyłam: miłość, Boga, wsparcie, życzliwość i spokój. Wszystko to, czego dusza zapagnie. Uwielbiałam u niej przebywać. Jej mama – pani Jadzia – traktowała mnie w wyjątkowo dobry sposób. Nigdy nie wyprosiła mnie do domu, nigdy za nic nie skrytykowała. Gdy proponowała mi posiłek, ja grzecznie odmawiałam, nawet gdy mój żołądek przewracał się do góry nogami. Nie wolno nam było jeść poza domem. Ona jednak nakładała mi porcję, oświadczając, że zjem, ile dam radę, bo przecież już nałożyła. Serce tej kobiety zdawało się mieć miejsce dla każdego. Bez względu na to, co znajdowało się na talerzu, dla mnie miało smak wieczery. Wszyscy siedzieli przy stole i rozmawiali ludzkim głosem, darząc się szacunkiem.

Tam pytałam o rzeczy, które teraz wydają mi się śmieszne. Na przykład, czy mogę poprosować. Kiedyś prasując, spaliłam grzałkę, wypalając w parkiecie czarną dziurę. Byłam przekonana, że pani Jadzia zezłości się i zabroni mi przychodzić do niej i jej córki w odwiedzinach.

– Nic się nie stało – usłyszałam. Pytałam, czy mogę położyć spać jej najmłodszą córeczkę. Było to naprawdę dużym wyzwaniem. Do dziś pamiętam jej ogromnie niebieskie oczy, które wcale nie wskazywały na chęć zapadnięcia w sen.

– Oczywiście, że możesz – odpowiedziała mama mojej koleżanki.

Innym razem, potykając się na kablu, wylałam wrzący olej z frytkownicy, który rozlał się na dywan i moją nogę. Pani Jazdia nie zareagowała gniewem i nie miała mi tego za złe. Wręcz przeciwnie. Pierwsze, co miałam zrobić, to wskoczyć do wanny i schłodzić stopę. W moim domu w inny sposób odnoszono się do tego typu sytuacji. Dostałabym reprimendę za nieuwagę, nieważne, że nie zrobiłam czegoś specjalnie. Poczulałam w tej kobiecie dobro. Zapragnęłam być jak ona. Przez całe moje życie, widząc spadającą gwiazdę, wypowiadałam zawsze to samo życzenie: „Pragnę być szczęśliwa”. Nie mogłam doczekać się, kiedy zostanę matką. Kiedy stworzę swą własną rodzinę i obdaruję ją miłością, którą w sobie noszę.

Oczy dziećka odbierają świat w innych barwach. Wciąż pytałam, czy życie, jakie dostrzegam dookoła, polega na edukacji, pracy, małżeństwie i wychowywaniu dzieci?! Egzystencja przypominająca wyścig bez mety, dziurawy worek. Na jak długo starczy nam sił, skoro od urodzenia podlegamy zasadom wierzeń. Jeśli istnieje coś więcej, jakaś część nas, której jeszcze nie udało nam się poznać, to w jaki sposób zdołamy ominąć nieustającą kontrowersję w naszej głowie?!

Program II: Religia

A więc stworzył Bóg niebo i ziemię, ukształtował wszystko, co jest dobre. Ale pomylił się co do Adama i Ewy. Najpierw powołał ich do życia, po czym przeklął, dorzucając cierpienie i ból za karę. Ten sam Bóg nazwał się miłością. Przyznasz, niezły z niego numer...

– Bądźcie płodni i rozmnażajcie się (1 Moj. 28) – rzekł. Pojawia się jednak pytanie, czy wszyscy mogą zrealizować to polecenie.

Czy aby upowszechniać słowo Boże, powinno się zrezygnować z seksu i zapobiec myślom o istnieniu płci przeciwnej? Czy należy grzecznie złożyć dłonie i odmawiać: „Ojczy nasz, który jesteś w niebie (...) nie wódz nas na pokuszenie (...)”. Skoro Bóg stworzył nas na swe podobieństwo, to dlaczego bogactwo, jakim jest miłość (i uprawianie seksu), przydzielił tylko wybranym. To wręcz niemożliwe, że daliśmy się nabrać i uwierzyć w te wszystkie bzdury. Kościół katolicki, który nazywa się świętym, dopuszcza się zbrodni gorszych od więźniów osadzonych za różne czyny w zakładach karnych. Zamiast dzielić się i rozdawać, każe nam oddawać. Nie myśl, że oczerniam wszystkich członków wspólnoty duchownych, część z nich z pewnością kierowała się powołaniem. Pamiętam naszego proboszcza, bałam się go jak samego diabła. Ze strachu

przed spowiedzią świętą powtarzałam wymyśloną wcześniej re-gułę. Gdybym powiedziała mu, co robię i o czym naprawdę my-ślę, pewnie kazałby mnie trzymać pod kluczem. Odmawiałam po-kutę, przepustkę od samego Boga, ale czy nie postępowałam jesz-cze gorzej? Przecież Bóg słyszy i widzi nasze grzechy, a ja kłamię przed jego wysłannikiem. Kiedy stanę przed Sądem Najwyższym, trzęsąc się ze strachu, Bóg zapyta swym gniewnym tonem, czy pamiętam grzechy, których się dopuściłam. Po czym jego pomoc-nicy nałożą mi ciężkie kajdany i zrzucą w piekielną otchłań. Tam będę palić się całą wieczność... Czy Bóg, który nazwał nas swoimi dziećmi, potraktowałby nas w ten sposób? To Bóg, który sam nie wie, czego chce, i śmie nazywać się mądrością. Nic dziwnego, że czułam się zagubiona. Uwierzyłam w słowa ludzkich prawd, na których budowałam swe życie.

Bądź niczym wiosna, zakwitnij na nowo, wypuść wszystkie pąki i zacznij cieszyć się swym pięknem.

Pasja, radość,

walka, wiara.

Ciemność i światło, dobro i zło.

Kwitniesz, marzysz,

śnisz, umierasz.

Wyjątkowy, niepasujący do rzeczywistości.

Huśtawka wrażeń,

historia, która nie ma końca.

Spis treści

Przedmowa	6
Program I: Dzieciństwo	9
Program II: Religia	14
Jeden z wielu... ..	16
Być kobietą.....	17
Marzenie	23
Sen	27
Bóg.....	30
Śmierć	32
Miłość.....	40
Dziecko	45
Umysł	52
Ciasto	55
Próby.....	64
Decyzje	73
Odkrycie	76
Przebudzenie.....	79
Cele	87
Wiara.....	93
Zestawienie	98
Rozwój osobisty.....	102
Witamina „N”	104

Wewnętrzne dziecko	105
Orzeczenia & praktyka	106
Spokój znajduje się pomiędzy słowami	109
Magia pióra	110
Nowy początek	112
Lista marzeń	113
Ściąga	114
Gwarancja życia.....	115
Podziękowania	119