



**ADAM MAZEK**

# Dzienniki

Listopad

2018

cz. I

# KOLEJKA

---



• Okładka: post „Poland”

W jednym z moich poprzednich postów (post „Hard Times”, Dzienniki 10.2018 cz.II) wspomniałem, że czerwiec 2018 roku, był dla mnie okresem, w którym nie miałem zbyt wiele czasu na swoje pasje. Miałem ograniczony czas na robienie zdjęć. Co więcej, miałem też mało czasu na pisanie postów oraz czytanie. Wydłużała się kolejka (post: „Queue”) z książkami czekającymi na ich przeczytanie. Faktem jest, że dość często kupuję książki. Kiedy nie mam zbyt wiele czasu na lekturę nowych książek, dostrzegam bezsensowność kupowania nowych egzemplarzy. Moment, w którym widzę, że kolejka ze wszystkimi pozycjami do czytania tylko się powiększa, to chwila, kiedy frustracja (spowodowana tym, że nie uczę się nowych rzeczy, czytając) rośnie. Pisałem już w moich poprzednich postach, dlaczego powinniśmy czytać. Wyjaśniłem też, dlaczego warto inwestować w książki. Prawda jest taka, że w wielu książkach można znaleźć mądrości oraz pożyteczne informacje, które autor chce przekazać innym ludziom.

Podobna sytuacja jest z moim blogiem. Chcę pozostawić po sobie ogrom zdjęć oraz przemyśleń. W jaki sposób? Zapisując je w cyberprzestrzeni. Tutaj, na stronie [www.adammazek.com](http://www.adammazek.com). Mam nadzieję, że moje prace jak najdłużej pozostaną w pamięci potomnych. Wróćmy do tematu przewodniego. W maju i czerwcu 2018 roku przez cztery weekendy z rzędu chodziłem do szkoły fotograficznej. Warto przy tym pamiętać, iż pracuję jako księgowy. Wiosną 2018 roku nie mogłem poświęcić czasu i energii na czytanie. Po zakończeniu szkoły planuję nadrobić zaległości w czytaniu. Planuję ponownie zatopić się w świecie słów, zdjęć, obrazów i mądrości stworzonych przez innych ludzi. Co więcej, chcę zredukować kolejkę książek do przeczytania. Z drugiej strony nie wyobrażam sobie sytuacji, żebym taką kolejkę mógł kiedykolwiek zlikwidować. Oznaczałoby to małą katastrofę, czyli stan, w którym nie mam czego czytać. Summa summarum stwierdzam, że posiadanie kolejki książek do czytania nie jest złą rzeczą.

# **KOLEJKA**

---





**DZIŚ JEST  
TEN DZIEŃ**

## **DZIŚ JEST TEN DZIEŃ**

O tym, że większość z nas ma tendencję do idealizowania przeszłości oraz o tym, że uwielbiamy marzyć o przyszłości, napisałem w poście pt. „Today is the day”. Oczywiście obie te postawy są w porządku. Często jednak zapominamy o teraźniejszości. Wielu ludzi przemyka przez życie, będąc w zawieszeniu między przeszłością a przyszłością. Marzymy o wielu rzeczach. Często jesteśmy przekonani, że najlepsze dni są dopiero przed nami. Myślimy również, że stare dobre czasy były już w naszym życiu, w odległej przeszłości. Nie byłem wyjątkiem. Miałem podobny sposób myślenia. Często wyczekiwałem przyszłości, wspominając przeszłość, nie radując się tym, co jest tu i teraz. Na szczęście już tak nie mam. Uważam, że to właśnie dziś jest najlepszy dzień mojego życia. Mam świadomość, że wszystko to może brzmieć trochę naiwnie. Jestem jednak przekonany, że nie ma lepszego dnia do rozpoczęcia tworzenia własnego stylu życia, niż dziś. Zaczynaj budować swoją rzeczywistość połączoną ze swoimi marzeniami teraz, mój Drogi Przyjacielu. Jeśli chcesz malować – rób to. Jeśli marzysz o codziennym robieniu zdjęć – zacznij to robić dziś. Czy kiedykolwiek wyobrażałeś sobie, że jesteś pisarzem? Rozpocznij pisać swoją historię dzisiaj. Zachęcam Cię do tego, żebyś został panem własnego losu, czasu, czyli życia. Nie czekaj na to, co przyniesie Ci przyszłość. Przestań się obwiniać, że nie zacząłeś czegoś robić w przeszłości. Nie trać cennego czasu i energii na bezużyteczne rozmyślanie i bezczynność. Nasze marzenia raczej nie przyjdą do nas same, jeśli nie zaczniemy czegoś robić. Przykładowo, jeśli marzysz o byciu sławnym fotografem, nie czekaj, aby zacząć robić zdjęcia. Nie czekaj, aż będziesz miał środki na zakup najnowszego aparatu fotograficznego na rynku. Rób zdjęcia telefonem choćby i telefonem. Publikuj je (szczerze polecam stworzenie własnej strony internetowej). Pytaj innych o radę, słuchaj ich, ale ostateczne decyzje co do swojego życia, podejmuj Ty. Czytaj książki. Studiuj dzieła innych genialnych artystów. Szukaj inspiracji oraz możliwości. Zapomnij o starych, dobrych czasach, złych nawykach i nie patrz zbyt daleko w przyszłość. To właśnie dziś jest ten dzień, aby zacząć tworzyć swój własny świat. Czekam na owoce Twojej ciężkiej pracy i pasji.

**Powodzenia!**



# ZŁE WIEŚCI

## ZŁE WIEŚCI

O tym, że mało kto lubi złe wieści, napisałem w poście pt. „Bad news”. Nie jestem wyjątkiem. Kiedy słyszę złe wieści, często zaczynam się martwić, złościć lub smuć. Moje przemyślenia dotyczące smutnych wiadomości są następujące: powinniśmy zawsze próbować przekształcić złe wieści w naszych umysłach i starać się dostrzec, na tyle, o ile to w ogóle możliwe, pozytywne rzeczy. Zdaję sobie sprawę, że ta wskazówka brzmi banalnie. Prawda jest jednak taka, że banalną prawdę Ci powie. Powyższy sposób jest to prawdopodobnie najskuteczniejszym sposobem radzenia sobie ze złymi wydarzeniami, które mogą się wydarzyć w naszym życiu. Może dam Ci, mój Drogi Przyjacielu, jeden przykład z mojego doświadczenia. Wspomniałem już w jednym z moich poprzednich postów, że w 2011 roku doznałem kontuzji. Miałem wtedy krwiaka ścięgna Achillesa. Kontuzji tej nabawiłem się w trakcie gry w piłkę nożną. Moje pierwsze myśli po postawieniu diagnozy (które brzmiały mniej więcej tak: „Musisz odpocząć i siedzieć w domu przez następne trzy miesiące”) były mniej więcej takie:

*O Boże! Będę siedział w domu bezproduktywnie. Stracę pracę. Co gorsza, w bezczynności będę przybierał na wadze i nie będę w stanie jej zredukować do końca życia!\**

Kiedy słyszymy złe wieści, często myślimy, że najgorsze koszmary nagle zmaterializują się w naszym życiu. Teraz, po siedmiu latach od tej kontuzji, widzę same zalety tego wydarzenia, czyli:

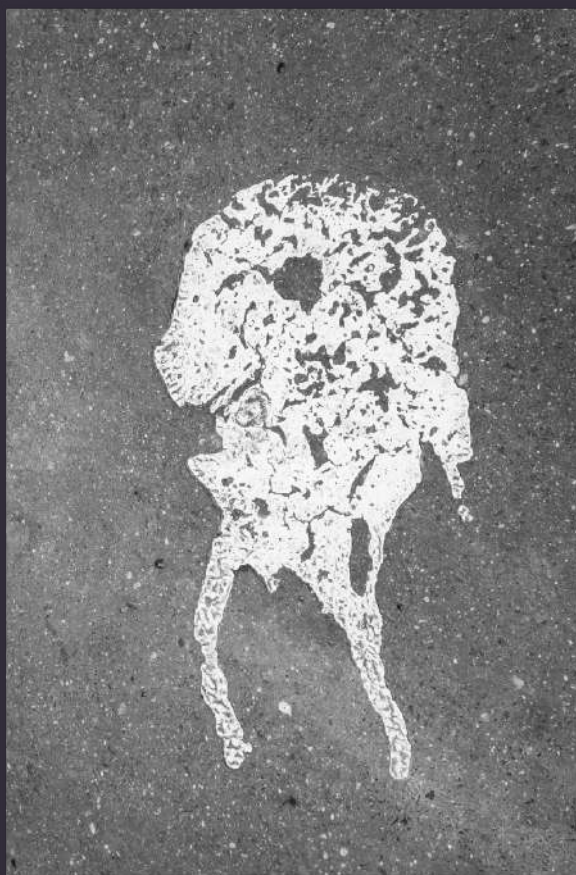
- podczas rekonwalescencji zacząłem regularnie czytać. Ogólnie rzecz biorąc, ta działalność trwa do dziś;
- schudłem do 76 kilogramów;
- po wyzdrowieniu zacząłem regularnie pływać przez około siedem lat;

\* Ważyłem wtedy 99 kg.

## ZŁE WIEŚCI

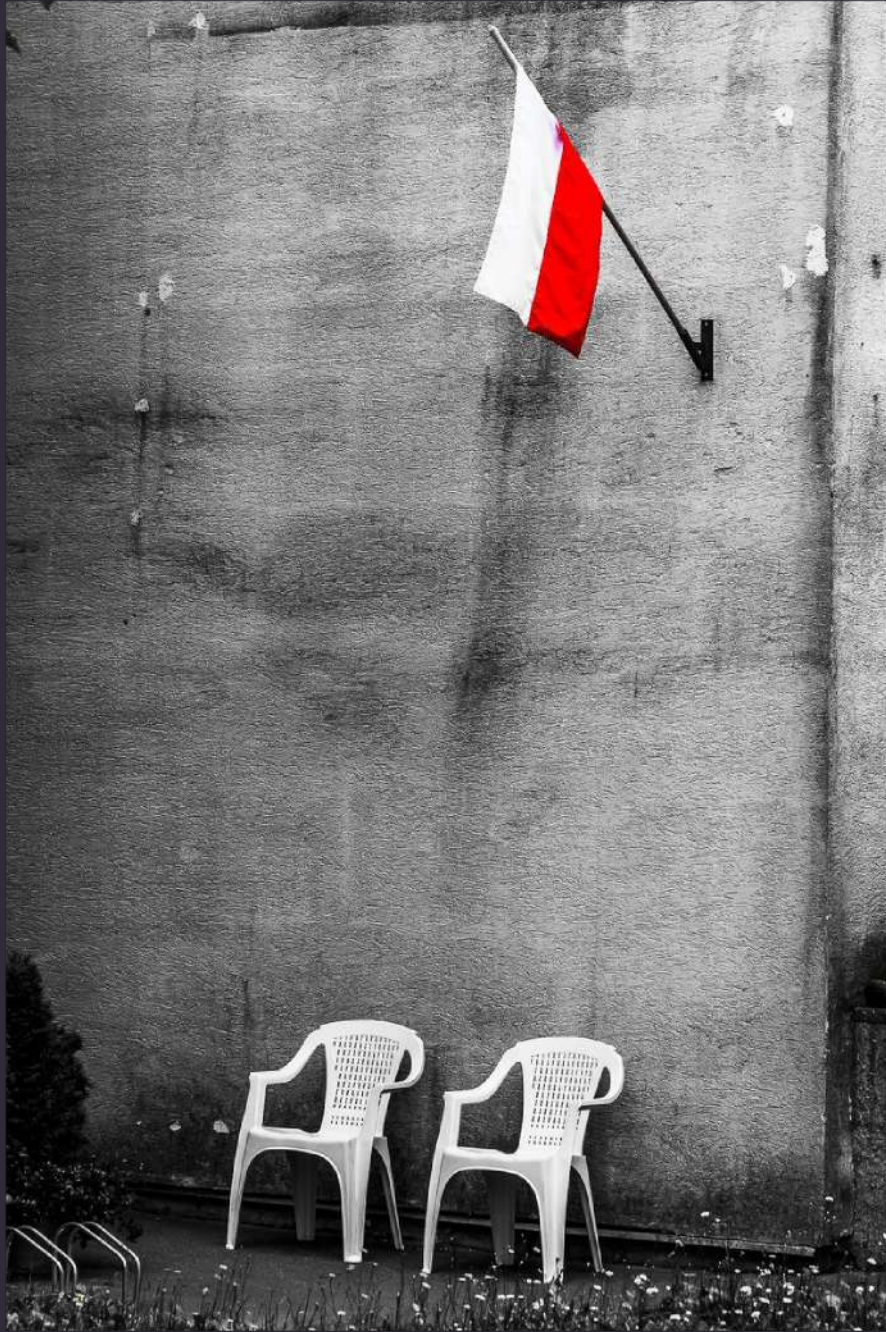
---

Co więcej, mój ówczesny pracodawca nie zwolnił mnie przez kontuzję. Mogłem pracować zdalnie, więc obie strony były bardzo zadowolone z takiego rozwiązania. Mam nadzieję, że widzisz, mój Drogi Przyjacielu, że zła wiadomość niekoniecznie musi przynosić niekorzystne zjawiska. Tylko od nas zależy, jak sobie z nią poradzimy. Jeśli nie widzisz żadnych zalet złych wiadomości, nie panikuj. Istnieje prawdopodobieństwo, że nieoczekiwane korzyści ze złych wiadomości prędeż, czy później się pojawią. Oczywiście, zdaję sobie sprawę, że mogą przyjść naprawdę beznadziejne wieści (np. śmierć bliskiej osoby czy też informacja o śmiertelnej chorobie). Jednak z tyłu głowy i tak powinniśmy mieć zakodowane, że tak naprawdę, w obliczu śmierci, w obliczu naszego końca, nie ma ani dobrych, ani złych wiadomości, ponieważ koniec końców, i tak wszyscy po prostu umrzemy. Może więc warto potraktować przeciwności losu jako wyzwanie oraz szansę?



- Post „Today is the day.”





**POLSKA**

---

## POLSKA

Kolejny post opublikowałem 11 listopada 2018 r., tj. w setną rocznicę odzyskania przez Polskę niepodległości (post: „Poland”). Wydaje mi się, że wiele osób może jednocześnie kochać i nie lubić swojej ojczyzny. Prawdopodobnie nie jestem wyjątkiem. Fakt jest taki, że często patrzę na Polskę przez zarówno kolorowy, jak i czarno-biały pryzmat. Swój kraj kojarzę jako prawdziwie szare i zwyczajne miejsce, zwłaszcza na początku lat 90 XX wieku. Czy to znaczy, że ludzie też byli szarzy i nudni? Oczywiście, że nie. Ogólnie uważam, że większość ludzi, którzy chodzą po tej planecie, jest atrakcyjna i ma coś ciekawego do powiedzenia. Wierzę, że każdy z nas ma swoją ekscytującą historię. Dla mnie Polska nie jest nudnym miejscem. W Warszawie, w naszej stolicy, dzieje się wiele pozytywnych wydarzeń praktycznie każdego dnia. Większość ludzi, którzy tu mieszkają, wygląda na szczęśliwych, że mieszkają w tym miejscu i w tym czasie. Faktem jest, że za życia mogłem obserwować wspaniałą transformację kraju z komunistycznego eksperymentu do dobrze prosperującego, prawie że zachodniego, rozwiniętego państwa kapitalistycznego. Jestem przekonany, że nie ma ani krajów, ani nacji, ani lepszych, ani też gorszych. Wszyscy jesteśmy różni, ale i równi. Każdy z nas ma swoje wady i zalety. Szeroko rozumiany geniusz i głupota nie znają granic czasu ani przestrzeni. Geniusze i idioci byli, są i będą w każdym miejscu tej planety, o każdym czasie. Jaki jest wniosek z tego wszystkiego? Szanujmy się nawzajem. Po prostu. Koniec końców i tak wszyscy umrzemy. Czy nie lepiej zostawić po sobie dobre, pozytywne świadectwo dla przyszłych pokoleń? Czy nie lepiej szanować innych, bez względu na to, skąd pochodzą i kim są? Zdjęcia przedstawione w poście „Poland” to hołd złożony mojej ojczyźnie i wszystkim jej mieszkańcom. Zdjęcia te są również słodko-gorzkie, tak samo, jak i mój kraj. Czy chciałbym urodzić się w innym czasie i w innym miejscu? Mówiąc krótko, nie. Cieszę się tym, co mam tu i teraz, jednocześnie starając się być jak najbardziej godnym reprezentantem swojego kraju.



**YOU CAN GO YOUR OWN WAY**



# YOU CAN GO YOUR OWN WAY

Zgodnie z tym, co możemy usłyszeć w słynnej piosence zespołu Fleetwood Mac, pt. „You can go your own way”, wszyscy mamy prawo do wyboru naszej własnej, życiowej drogi. Prawdopodobnie jedną z najgorszych rzeczy, jaka może się nam wszystkim przydarzyć, jest sytuacja, gdy ktoś chce nas do czegoś zmusić, bez naszej akceptacji. Nie ma znaczenia, czy mówimy o miłości, szkole, studiach, pracy czy naszej pasji. Zawsze staram się nie dyktować innym ludziom, jak mają żyć. Oczywiście, jeśli ktoś poprosi mnie o radę, zrobię wszystko, co w mojej mocy, żeby móc danej osobie tej rady udzielić. Jednak ogromną różnicą jest wydawanie innym poleceń, a dawaniem im wskazówek. W większości przypadków ludzie nie chcą być zmuszani do działania i zachowywania się tak, jak chcą tego inni. Takie czyny wywołują niepokój, złość, frustrację, sprzeciw, opór, a nawet agresję. Unikam, jak tylko mogę, mówienia innym o tym, co powinni robić w swoim życiu.



## YOU CAN GO YOUR OWN WAY

---

Takie zachowanie przynosi zazwyczaj nieporozumienia i konflikty. Mam nadzieję, mój Drogi Przyjacielu, że i Ty nie narzucasz innym swojego zdania. Wszyscy powinniśmy żyć tak, jak chcemy. Jeśli inni tego nie akceptują, to jest to ich problem i powinni sobie z tym poradzić, nie mieszając Ciebie w to „bagienko”. Zmuszanie innych do robienia tego, czego nie chcą robić, jest pierwszym krokiem do konfliktu między ludźmi. Dotyczy to praktycznie wszystkich aspektów naszego życia. Każdy człowiek ma prawo decydować o swoim losie, bez ingerencji osób trzecich, w granicach obowiązującego prawa. Nie jesteśmy tymi, którzy decydują za innych, co powinni zrobić. To, co możemy zrobić, to doradzać innym i skupić się na swojej życiowej drodze. Prawda jest taka, że wszyscy możemy iść własną ścieżką. Tylko od nas zależy, który kierunek obierzemy.

# KIEPSKI NASTRÓJ

---



## **KIEPSKI NASTRÓJ**

---

Ostatnio myślałem o kiepskim nastroju (post: „Lousy mood”). Nie jestem wyjątkiem i przyznaję, że czasami mam w życiu chwile, w których odczuwam niepokój i smutek. Każdy z nas tak ma. Nie muszą się pojawiać konkretne powody, żeby mieć taki nastrój. Przykładowo możemy wstać bez entuzjazmu i mieć kiepski nastrój przez cały dzień. Mamy prawo być w złym humorze. Zazwyczaj jednak mamy konkretne powody, przez które mamy ponury humor. Czym właściwie jest tytułowy kiepski nastrój? Czy możesz wyobrazić sobie świat, w którym wszyscy ludzie uśmiechaliby się codziennie od ucha do ucha? Czy potrafisz sobie wyobrazić przypadek, gdy wsiadasz do komunikacji miejskiej i widzisz samych szeroko uśmiechniętych ludzi? Być może jestem po prostu typowym Polakiem, ale dla mnie taki świat byłby małym koszmarkiem. Uważam, że bezprzyczynowy smutek ma prawo istnieć i poniekąd jest pożyteczny. Dzięki niemu doceniamy chwile szczęścia. Jestem przekonany, że wszyscy mamy prawo do kiepskiego nastroju bez żadnego powodu. Mamy prawo odczuwać smutek, niepokój i strach. Wszystkie te uczucia są naturalną częścią historii ludzkości na przestrzeni wieków. Wydaje mi się, że takie uczucia pomagają nam wręcz przetrwać. Dziwne i smutne stany umysłu są niejako oczyszczeniem dla naszej duszy i naszego umysłu. Powinniśmy jednak być świadomi tego, co dzieje się w naszych głowach i starać się kontrolować negatywne uczucia. Jeśli trwają zbyt długo lub pojawiają się zbyt wiele razy w krótkim czasie, powinniśmy spróbować zadać sobie pytanie: czy w naszym życiu nie istnieje coś zbyt mocno frustrującego i niepokojącego? Jeśli tak, jeśli na przykład w pracy mamy za dużo stresu, powinniśmy szukać rozwiązań, aby sobie z nimi poradzić. Dla mnie przebywanie w gronie najbliższych osób (Kamilka, rodzice oraz rodzina, przyjaciele), robienie zdjęć, czytanie książek, prowadzenie strony internetowej i uprawianie sportu to tylko niektóre z dobrych przykładów tego, jak możemy przezwyciężyć wszystkie stany strachu i kiepskiego nastroju. Artystyczna pasja niewątpliwie może uleczyć nasz umysł, serce i duszę.

## **KONIEC**

---



## **KIEPSKI NASTRÓJ**

