

MACIEJ BENNEWICZ

# Coaching

na Wyspach Szczęśliwych



Wszelkie prawa zastrzeżone. Nieautoryzowane rozpowszechnianie całości lub fragmentu niniejszej publikacji w jakiegokolwiek postaci jest zabronione. Wykonywanie kopii metodą kserograficzną, fotograficzną, a także kopiowanie książki na nośniku filmowym, magnetycznym lub innym powoduje naruszenie praw autorskich niniejszej publikacji.

Wszystkie znaki występujące w tekście są zastrzeżonymi znakami firmowymi bądź towarowymi ich właścicieli.

Autor oraz Wydawnictwo HELION dołożyli wszelkich starań, by zawarte w tej książce informacje były kompletne i rzetelne. Nie biorą jednak żadnej odpowiedzialności ani za ich wykorzystanie, ani za związane z tym ewentualne naruszenie praw patentowych lub autorskich. Autor oraz Wydawnictwo HELION nie ponoszą również żadnej odpowiedzialności za ewentualne szkody wynikłe z wykorzystania informacji zawartych w książce.

Redaktor prowadzący: Barbara Gancarz-Wójcicka

Korekta językowa: M.T. Media

Projekt okładki: ULABUKA

Projekt składu i skład: Adrian Partyka

Mapy: Grzegorz Sędkowski

Ilustracje: Iga Borowiecka

Materiały graficzne na okładce zostały wykorzystane za zgodą Shutterstock.

Wydawnictwo HELION

ul. Kościuszki 1c, 44-100 GLIWICE

tel. 32 231 22 19, 32 230 98 63

e-mail: [onepress@onepress.pl](mailto:onepress@onepress.pl)

WWW: <http://onepress.pl> (księgarnia internetowa, katalog książek)

Drogi Czytelniku!

Jeżeli chcesz ocenić tę książkę, zajrzyj pod adres

<http://onepress.pl/user/opinie?coawys>

Możesz tam wpisać swoje uwagi, spostrzeżenia, recenzję.

ISBN: 978-83-246-7323-0

Copyright © Maciej Bennewicz, Helion 2013

Printed in Poland.

- [Kup książkę](#)
- [Poleć książkę](#)
- [Oceń książkę](#)

- [Księgarnia internetowa](#)
- [Lubię to! » Nasza społeczność](#)

# Spis treści

Wstęp · 11

Część pierwsza · **Co szczęściu przeszkadza?**

Rozdział 1. Lenistwo, czyli gdybanie · 21

Opowieść Wiktora, część pierwsza · 26

**Kanada i Cypr · 29**

[Sugestie do self-coachingu · 47 / Ćwiczenie · 49]

Opowieść Wiktora, część druga · 49

Rozdział 2. Pycha, czyli walka z przeciwnościami · 53

Opowieść Wiktora, część trzecia · 53

**Indie i Nepal · 56**

[Sugestie do self-coachingu · 71 / Ćwiczenie · 74]

Opowieść Wiktora, część czwarta · 75

Rozdział 3. Złość, czyli krytyka i ocenianie · 77

Opowieść Wiktora, część piąta · 77

**Peru i Wenecja · 80**

[Sugestie do self-coachingu · 95 / Ćwiczenie · 99]

Opowieść Wiktora, część szósta · 99

Rozdział 4. Nieumiarkowanie, czyli przesada · 103

Opowieść Wiktora, część siódma · 103

**Szwecja i południe Afryki · 106**

[Sugestie do self-coachingu · 123 / Ćwiczenie · 127]

Opowieść Wiktora, część ósma · 128

## Rozdział 5. Kłamstwo, czyli samooszukiwanie • 131

Opowieść Wiktora, część dziewiąta • 131

### **Maroko i Portugalia, Sintra • 133**

[Sugestie do self-coachingu • 153 / Ćwiczenie • 157]

Opowieść Wiktora, część dziesiąta • 158

## Rozdział 6. Lubieżność, czyli brak szacunku • 161

Opowieść Wiktora, część jedenasta • 161

### **USA i Egipt • 164**

[Sugestie do self-coachingu • 185 / Ćwiczenie • 188]

Opowieść Wiktora, część dwunasta • 189

## Rozdział 7. Zachłanność, czyli chciwość • 193

Opowieść Wiktora, część trzynasta • 193

### **Tajlandia i Norwegia • 197**

[Sugestie do self-coachingu • 218 / Ćwiczenie • 221]

Opowieść Wiktora, część czternasta • 222

## Część druga • **Co szczęściu pomaga?**

## Rozdział 8. Otwartość, czyli empatia • 231

Opowieść Wiktora, część piętnasta • 231

### **Mongolia i Arizona • 235**

[Sugestie do self-coachingu • 248 / Ćwiczenie • 251]

Opowieść Wiktora, część szesnasta • 251

## Rozdział 9. „Tu i teraz”, czyli po prostu w tej chwili • 255

Opowieść Wiktora, część siedemnasta • 255

### **Grecja, Eubea i Rosja • 261**

[Sugestie do self-coachingu • 279 / Ćwiczenie • 281]

Opowieść Wiktora, część osiemnasta • 282

## Rozdział 10. Radość, czyli zabawa • 287

Opowieść Wiktora, część dziewiętnasta • 287

### **Indie — McLeod Ganj i Francja — Tulon • 292**

[Sugestie do self-coachingu • 304 / Ćwiczenie • 306]

Opowieść Wiktora, część dwudziesta • 307

## Rozdział 11. Misja, czyli rozwinięty talent • 311

Opowieść Wiktora, część dwudziesta pierwsza • 311

### **Ameryka: Wenezuela i Dominikana • 317**

[Sugestie do self-coachingu • 324 / Ćwiczenie • 328]

Opowieść Wiktora, część dwudziesta druga • 329

## Rozdział 12. Przepływ, czyli latanie • 333

Opowieść Wiktora, część dwudziesta trzecia • 333

### **Norwegia, Szwajcaria i Czechy • 340**

[Sugestie do self-coachingu • 357 / Ćwiczenie • 360]

Opowieść Wiktora, część dwudziesta czwarta • 360

## Rozdział 13. Sens, czyli misja życiowa • 365

Opowieść Wiktora, część dwudziesta piąta • 365

### **Indie i Tybet • 370**

[Sugestie do self-coachingu • 383 / Ćwiczenie • 388]

Opowieść Wiktora, część dwudziesta szósta • 389

## Rozdział 14. Siła, czyli energia i moc • 393

Opowieść Wiktora, część dwudziesta siódma • 393

### **Indie i Kanada • 397**

[Sugestie do self-coachingu • 408 / Ćwiczenie • 412]

Opowieść Wiktora, część dwudziesta ósma • 413



Rozdział 3.

# Złość, czyli krytyka i ocenianie

## Wiewiórkołan 5

Wiewiórka nigdy nie jechała pociągiem. Usiadła przy oknie i świat zawirował. Siedziała w jednym w miejscu, a mimo to wszystko w oddali skakało. Całe jej doświadczenie mówiło, że było odwrotnie: to ona skacze, a świat stoi w miejscu.

— Okropne — westchnęła — i jakie niepraktyczne: stać w miejscu i skakać światem, a ile przy tym hałasu. Ludzie to głupcy.



## Opowieść Wiktora, część piąta

Odpowiadając na Twoje pytanie, jaki jest dla mnie najważniejszy wniosek dotyczący poprzedniego mejla, a właściwie opisanego etapu życia, mogę stwierdzić, że jeśli robi się rzeczy wielkie, a nawet buduje dom lub firmę z rozmachem, ale brakuje w tym głębi, jakiejś wartości pod spodem, poczucia sensu, to kryzys jest tylko kwestią czasu. Wydawało mi się, że świetnie dbam o ekonomiczne podstawy. Excelowski arkusz kalkulacyjny miałem w małym palcu. Wszystkie inwestycje były przewidziane i skrzętnie zaplanowane, ale nie inwestowałem w sprawę najważniejszą, we własne wartości. Sprawy toczyły się na zewnątrz mnie, nie umiem tego lepiej wyrazić, ale brakowało mi zaangażowania, jakiejś wewnętrznej głębi. Dziś mogę powiedzieć tylko: co z tego, że wtedy docierały do mnie pierwsze tego rodzaju sygnały, jeśli przez wiele kolejnych miesięcy nie potrafiłem z nich skorzystać.

Jaki jest najważniejszy wniosek z poprzedniej części? Chyba taki, że rzeczy, które się źle zaczyna, źle się kończą.

Poznaliśmy się z Agnieszką jeszcze na studiach. Była dziewczyną mojego kolegi. Początkowo się nie lubiliśmy, a Agnieszka nawet mi się nie podobała. Ja jej zresztą też nie. Nasze spotkania były pełne wzajemnych uszczypliwości i cynicznych uwag. Dzisiaj myślę, że chyba z przekory postanowiłem się do Agnieszki zbliżyć – czy też ją uwieść. Tak bardzo mnie złościła, że w końcu zaczęła mnie pociągać. I od początku nasza relacja zbudowana była na przepychaniu się, wzajemnej rywalizacji, a z biegiem lat na chłodnej obojętności. Aż wreszcie tym, czym się zaczęła, tym się zakończyła: wybuchem złości, oskarżeń, cynizmem, graniami uczuciami dzieci i nierówną, wyniszczającą wojną. Po jednej stronie była samotna, skrzywdzona matka dwójki dzieci, bez pracy, z zadłużonym salonem, tak brzmiała wersja oficjalna. W cichym zapleczu zaś cała jej zamożna rodzina ze swoimi znajomościami, układami i koneksjami. Po drugiej byłem ja, bogaty i cyniczny właściciel agencji ubezpieczeniowej, rozbijający się ze swoją kochanką najnowszym bmw.

Przez ostatnie lata mojego małżeństwa żyłem budową nowego domu, podświadomą chęcią zerwania z uzależnieniem od teściów. Przestałem rozwijać działalność ubezpieczeniową i w nadziei na duży szybki zysk rozpocząłem inwestycje na giełdzie. Ubezpieczenia szły jakoś same, tak dobrze, że zrezygnowałem z ich aktywnego sprzedawania. W całości pochłonęła mnie giełda. Zacząłem pożyczać cudze pieniądze, a właściwie składać obietnice krociowych zysków. Oczywiście robiłem to nielegalnie, bez uprawnień brokerskich ani nawet bez potrzebnego doświadczenia. I tak zadziałała zasada domina. Ludzie zaczęli żądać zwrotu inwestycji, a ja zamiast szukać rozwiązania, wróciłem do picia, chociaż już wtedy wiedziałem, że to droga zagłady. Matka kolejny raz rozstała się z ojczymem i najpierw zaczęła się codziennie upijać, a potem popadła w depresję, a mój ojciec zmarł w niewyjaśnionych okolicznościach, z rozbitą głową, wyłowiony z Zalewu Zegrzyńskiego. Ponoć tak jak ja, winny był rozlicznym ludziom pieniądze z długów hazardowych.



W tamtych miesiącach byłem pewien, że powtórzę los moich rodziców, a właściwie już go urzeczywistniam. Moja firma upadła i ledwie zdołałem pospłacać najpilniejsze długi. Mimo to sąd zasądził ode mnie horrendalne alimenty na dzieci, dokonując założenia, że jako doświadczony agent ubezpieczeniowy szybko uzyskam podobny poziom dochodów. Miałem poczucie, że dosłownie w ciągu kilku miesięcy od niefortunnej zdrady, której ślad Agnieszka wytropiła w moim telefonie, moje życie sięgnęło dna. A przecież miałem wszystko, mogłem doskonale korzystać z życia przez kolejne lata. Zarzucałem sobie, że zmarnowałem tak pięknie ułożone życie.

Wtedy jeszcze nie rozumiałem, że to właśnie tamto życie, pozbawione refleksji, głębi, wartości doprowadziło mnie do upadku. I właśnie z powodu tej niewiedzy dalej żyłem złudzeniami i dalej popełniałem błędy — ale przynajmniej zacząłem stawiać pytania i szukać odpowiedzi.

.....

## Peru i Wenecja

ZACZĘŁY POJAWIAĆ SIĘ OZNAKI od dawna wyczekiwanej wiosny. Pogoda w dalszym ciągu nas nie rozpieszczała, dni wciąż były krótkie, lecz z ulic zniknął śnieg, a termometr zaczął wskazywać wreszcie dodatnią temperaturę. Rozpoczął się okres spóźnionych wyjazdów na narty i wypraw w odległe kraje, gdzie właśnie jest pora sucha lub tamtejsza zima oznacza 25 stopni Celsjusza w ciągu dnia. To okres, w którym nasza grupa superwizyjna kurczy się nieraz do 2–3 osób, ponieważ wszyscy pozostali jak za skinieniem różdżki gdzieś się rozjeżdżają. Inka do Azji, Trynidad do swojej rodzinnej Argentyny, zaś Eryk przygotowuje się do sezonu, aktualizując przewodnikowe trasy. Tego dnia na posterunku zostaliśmy my trzej: Jędrrek, ojciec Rafał i ja.

— Opowiem wam o młodym proboszczu, z którym prowadzę coaching. Oczywiście zgodnie z zasadami etyki bardzo dokładnie mu wyjaśniłem, jakie są zasady coachingu, ale zdaje się, że on tego nie przyjmuje do wiadomości, chociaż jest młodym, ambitnym i technologicznie zreformowanym księdzem, co znaczy, że internet i nowe technologie nie mają dla niego tajemnic. Jednak spotkania ze mną są dla niego naukami duchowymi. Nic nie mogę na to poradzić i, szczerze mówiąc, doszedłem do wniosku, że kiedy próbuję za wszelką cenę nawrócić go na coaching, zachowuję się jak moi prekursorzy i szesnastowieczni prokuratorzy świętego trybunału — roześmiał się z własnego żartu, spojrzął na nas i spostrzegłszy, że nie zrozumieliśmy tego dowcipu, roześmiał się ponownie. — No, w każdym razie ani jemu nie przeszkadza, że ja mu robię coaching, ani mnie, że on przychodzi do mnie na nauki duchowe. Ma na imię Andrzej i od dwóch lat prowadzi małą, ale zamożną parafię. Pewnie was nie zaskoczę, jeśli powiem, że przychodzi do mnie ze straszliwym krytycyzmem. Mówiąc *straszliwy*, mam na myśli: nietolerancyjny, niechętny, złośliwy stosunek do ludzi. Znacnie mnie, nie przesadzam. Jest gotów ze szczegółami opowiadać o przebiegu



spowiedzi tylko po to, żeby sobie, a jak sądzi: mnie, udowodnić, że jego parafianie są głupi, małostkowi, a przede wszystkim, że wyznają jakąś formę herezji, i ilekroć on usiłuje im to uświadamiać, spotyka się z niezrozumieniem. Tym, co go najbardziej martwi, jest fakt, że częstotliwość spowiedzi spada.

— Co konkretnie ma na myśli, mówiąc o herezji? — spytał Jędrrek.

— Niestety, podejrzewam, że w dużym stopniu ma rację. Tak zwana religijność ludowa w naszym kraju jest dość płytka, oparta na nawykach i często z Miłosiernym Panem Bogiem niewiele ma wspólnego. Z punktu widzenia nauki Kościoła zadanie proboszcza Andrzeja polega na pokazaniu głębszego sensu wiary, przetłumaczenia Bożego miłosierdzia na język zwykłego człowieka. Zamiast tego

● **Przekonanie hamujące szczęście**

Szczęście mija niezauważenie i dopiero gdy minie, zastanawiamy się, że to być może było szczęście.

● **Przekonanie wspierające szczęście**

Szczęśliwi ludzie często się uśmiechają. Spójrz na ich twarze. Nie ma tam uśmiechu błazna ani uśmiechu zakłopotania, ani sztycherstwa, ani drwiny. Jest uśmiech otwarty na spotkanie. Jest cisza i przyzwolenie. Jest delikatne uniesienie powiek. Jest obecność. Śmieją się oczami, a nie gardłem.

młody, ambitny ksiądz chłoszcze swoich parafian sarkazmem, zjadliwością i ocenami. Dam przykład z ostatniego spotkania. Przychodzi do spowiedzi młoda kobieta i wyznaje, że kłóci się z mężem, ale jak tu się nie kłócić, gdy mąż pije i, co gorsza, nabiera wtedy ochoty na seks. Co na to ksiądz Andrzej? Że powinna męża do kościoła przyprowadzić, do sakramentu zachęcić, do wspólnej modlitwy zapraszać. Penitentka w odpowiedzi jeszcze bardziej uważa się na męża i stara się wyjaśnić, że co prawda jest kłótniwa, ale jak tu nie być kłótniwą, kiedy mąż pijak. Na co ksiądz Andrzej, że mąż pewnie i pijak, ale przez to, że od Boga się oddalił, więc jej zadaniem, jako sakramentalnej żony i katoliczki, jest męża wspierać. A ona na to: jak tu męża wspierać, kiedy pijak i, co gorsza, wtedy do seksu się garnie, a ją wówczas tylko złość bierze. Ksiądz Andrzej wszystko to relacjonuje mi pod hasłem: *Jakaż to głupia i zatwardziała kobieta, nic dziwnego, że się nie mogą dogadać i że w końcu mąż pije*. I co wy na to? Tak mi tę całą historię wielceby Andrzejek przedstawił, że w końcu i mnie ręce opadły i w duchu powtarzałem sobie, że to nie kobieta głupia ani że mąż to nie z jej powodu ucieka w pijaństwo, ale proboszcz głupi, więc niedługo wszyscy parafianie mu się rozpiją, a kościół będzie stał pusty — znowu zaniósł się rechetem i tym razem obaj mu zawtórowaliśmy.

— W takim razie mam dla ciebie historię, która pasuje jak ulał — odezwałem się, ocierając łzy ze śmiechu. — O, przepraszam za spoufalenie: mam historię dla waszej Przewielebnej Coachingowej Duchowości — znowu wszyscy wybuchliśmy śmiechem. Po chwili zacząłem opowiadać.

— Jak wiecie kilka miesięcy temu byłem w Peru. W Limie odebrał nas polski przewodnik, młody chłopak, który od wielu lat mieszka i pracuje w Peru. Jako student przybył tutaj z Polski i zakochał się w nowej, odległej ojczyźnie, w której się ożenił, zakorzenił, wychowuje dwójkę dzieci i pracuje, pilotując wycieczki z krajów nowej Europy. Świetnie opanował czeski, słowacki, niezłe radzi sobie też po rosyjsku. Po prostu: złoty chłopak. Jak to zwykle bywa na tego rodzaju trasach, zaczęliśmy od Limy. Miasto położone jest na klifie otoczonym pustynią, a w dole rozpościera się ocean. Kilkanaście dzielnic tradycyjnie dla tego regionu nosi nazwy rozlicznych świętych, rozpoczynając od Jesus Maria, przez San Louis, San Borja, Magdalena itp. Jest również położona na klifie ekskluzywna dzielnica Miraflores, rzeczywiście zgodnie z nazwą tonąca w kwiatkach. Są i biedniejsze dzielnice, na przykład Barranco, gdzie

z pierwszego piętra sterczą ku niebu druty zbrojeniowe oczekujące na lepsze dni właścicieli, zakup kolejnej partii cegieł za skrzętnie zbierane oszczędności lub na zamążpójście córki. Jedna gawęda zmieniała się w drugą, a zabawny ton przekomarzania się z polską przewodniczką dodatkowo ubarwiał opowieści o Limie. Byliśmy nieliczną grupą, dlatego mieliśmy czas na zadawanie mnóstwa szczegółowych pytań i włączanie się w klimat żywej, zabawnej dyskusji.

Na wzgórzach rozpościerały się slumsy. Małe domostwa przyklepione do szarych skał, pomalowane w ostre wyraziste kolory: fiolety, zielenie, żółcie. Chyba po to, żeby podkreślić dumę gospodarzy, którzy przybyli tutaj za chlebem z odległych biednych wiosek. W Peru obowiązuje prawo zasiedzenia, szansa dla biedaków: jeśli obejmiesz ziemię niczyją i nikt nie zgłosi pretensji do tego miejsca, to po dziesięciu latach zostaje ona uznana za twoją własność, wystarczy przyprowadzić dwóch świadków, najczęściej są to sąsiedzi w podobnej sytuacji, i urząd nada oficjalne prawo własności. W miastach tak wielkich i rozwiniętych jak Lima tylko najbardziej niedostępne i nieprzyjazne tereny są jeszcze wolne, dlatego nowe domy, a potem całe dzielnice przyklepiają się dosłownie do dzikich pustych skał, by w ciągu lat, a nawet miesięcy przeistoczyć się w tętniące życiem osady. Podobnie jak we wszystkich biednych miejscach na świecie, społeczność lokalna rządzi się tutaj swoimi prawami, tworząc własne komitety, grupy wsparcia i oczywiście gangi.

Na tutejszym życiu codziennym, nie tylko w Limie, ale także w całym Peru, silne piętno wywiera rodzina. Relacje rodzinne to źródło siły, wsparcia, lecz również obowiązek, a także zestaw norm, z którymi trzeba się bardziej liczyć niż z policją, urzędami czy oficjalnym państwem. Są też w Limie dzielnice bardzo bogate, o charakterze europejskim, z wielkimi centrami handlowymi, setkami butików i restauracji, bogaczami kupującymi markową odzież i tłumem młodzieży.

Piotrek, tak miał na imię nasz polsko-peruwiański przewodnik, wszystkie te zakamarki i tajemnice stolicy odkrywał, oprowadzając nas własnym, odmiennym od tras turystycznych, szlakiem. Na koniec wyczerpującego dnia czekała nas prawdziwa uczta w restauracji malowniczo położonej na plaży nad Oceanem Spokojnym, poniżej wysokiego klifu. Jedzenie w czasie podróży odgrywa wielkie znaczenie, część ludzi jest nieufna, obawiają się nieznanych smaków, z nieufnością przypatrują się zawartości jakiegoś sosu, dopytują się o skład czegoś, co wygląda

jak pulpet, rozdziobują widelcem nieznanne warzywo. Jakby zjedzenie czegoś nieznanego mogło wywołać poważne konsekwencje smakowe, po których nic już nie będzie takie jak poprzednio. Inni natomiast obawiają się wszelkich możliwych zemst faraona, sułtana, maharadży, a w przypadku Peru — zemsty Tupaka Amaru, która objawia się mniej lub bardziej poważnym rozstrojem żołądka, w końcu biegunką i wymiotami. Odmienna od naszej flora bakteryjna zaczyna szaleć w naszym układzie pokarmowym i zazwyczaj nie tak łatwo daje się okiełznać.

W restauracji był ogromny otwarty bufet ze specjałami kuchni z wszystkich stron świata: były potrawy indyjskie, japońskie, hiszpańskie, włoskie i miejscowe peruwiańskie: kilkanaście gatunków ryb: pieczonych, marynowanych na surowo, w postaci *ceviche*, tyle samo gatunków mięs, nie mówiąc o sosach, sałatkach, obfitości egzotycznych dla nas owoców i warzyw, do tego owoce morza, makarony, pasztety oraz bogactwo słodczy. A z okazji otwarcia imprezy wszelkie możliwe alkoholowe i bezalkoholowe napoje — do wyboru do koloru. Piotrek już od spotkania na lotnisku zachwalał peruwiańską kuchnię, a zwłaszcza restaurację, do której nas zaprowadził pod koniec dnia. Przekazywał nam jednak dwuznaczną informację, co niestety uzmysłowiłem sobie znacznie później: z jednej strony zachęcał do degustacji, zachwalał kucharzy i wyszukane smaki, z drugiej zaś przestrzegał przed obżarstwem, a zwłaszcza spożywaniem potraw wysokiego ryzyka, do których należało zaliczyć w zasadzie wszystko z wyjątkiem gotowanego ryżu. Podobnie ambiwalentną postawę prezentował w stosunku do alkoholu. Niemal każdy żart kończył się jakąś aluzją związaną z pićciem, zaś alkohol traktowany był jak niezbędne lekarstwo do odkażania przewodu pokarmowego, ale jednocześnie przestrzegał nas przed nadmiernym pićciem, mieszaniem trunków i opłakanymi skutkami mieszanki alkoholu, pustynnego klimatu i wysokości, na której dotkliwie odczuwa się brak tlenu. W czasie wieczornej uczyty niemal w jednym zdaniu powtórzył ten podwójny przekaz: jedzcie, próbujcie, używajcie — to najlepsza taka okazja — ale bądźcie ostrożni i najlepiej nie poddawajcie swojego żołądka zbyt intensywnej próbie.

Nasza grupa podzieliła się zgodnie z trzema typowymi tendencjami. Kilka osób zachowało skrajną ostrożność: mając w pamięci wcześniejsze sensacje gastryczne w innych krajach, ograniczyli się do ryżu, chleba, butelkowanych napoi. Druga grupa nabierała kopiaiste talerze wszystkiego,

co wydawało im się znajome, i kiedy coś im szczególnie zasmakowało, wracali po dokładki. Furorę robiły słodczyce, więc nawet, kiedy czuli się przejedzeni trzema zupami, pięcioma rodzajami mięsa, zapiekankami, roladami, pastami i siedmioma rodzajami sałatek, i tak sięgali po pudding z papai i pięć rodzajów sorbetów, torty i bitą śmietaną z owocami, których nazw nawet nie umieli wypowiedzieć. Trzecia grupa folgowała sobie całkowicie. Może i ich porcje były mniejsze, lecz ich ambitnym celem stało się spróbowanie wszystkiego: kiedy dostrzegali na cudzych talerzach coś, czego jeszcze nie jedli, co rychlej podchodzili po nową potrawę i kolejną dokładkę, a nasz przewodnik dowcipnie i ze znawstwem wyjaśniał, co mają na talerzu i czego jeszcze warto spróbować. Co ciekawe, alkohol pojawił się wyłącznie w formie symbolicznej, na początek słodki likier z kurzym białkiem pisco sour, a potem po lampce wina, do wyboru białe lub czerwone. I tak oto w nastroju degustacji i obżarstwa zakończył się nasz pierwszy peruwiański wieczór w Limie.

Następnego dnia rano mieliśmy wyruszyć w wysokie góry. Rano wszyscy stawili się w komplecie w znakomitych nastrojach i w dobrym zdrowiu. Kpiono sobie z nielicznych, którzy z ostrożności poprzestali na ryżu i kukurydzianych plackach. Usłyszeliśmy o chorobie wysokościowej, konieczności zjadania małych, lekkich porcji pożywienia i żuciu koki, wypijaniu kilku litrów wody dziennie, konieczności powstrzymania się od picia alkoholu, gwałtownego schylania się, podbiegania, dzwigniania ciężarów, słowem: trzy dni aklimatyzacji. Wśród nas było kilku wytrawnych podróżników, którzy wędrowali już po wysokich górach, zatem wiedza na temat aklimatyzacji, lecz również nieprzyjemnych skutków choroby wysokościowej rozprzestrzeniała się w autobusie. Nie brakowało też przesady, a nawet, w pewnym sensie tradycyjnego w takich sytuacjach, straszenia nowicjuszy długotrwałymi wymiotami czy pobytem w szpitalu. Jakież było moje zdziwienie, kiedy niespełna w godzinę później Piotrek otworzył wielką butelkę wódki i zaczął nią częstować ekipę, rozlewając alkohol do plastikowych kubeczków. Dla mnie każda butelka wódki jest ogromna, ponieważ od lat nie piję alkoholu, ale ta wydawała mi się nadzwyczajnie wielka. Polska przewodniczka dzielnie towarzyszyła peruwiańskiemu przewodnikowi, a ja nieśmiało spytałem: „A co z chorobą wysokościową?”. „Ach, to przecież najlepsze lekarstwo” — odpowiedział radośnie Piotrek, a cały autobus zareagował aplauzem. Moje zdziwienie nie trwało jednak zbyt długo, gdyż na

pierwszym postoju przerodziło się w... osłupienie. Z naszej kilkunastoo-  
osobowej grupy ponad połowa zakupiła kolejne butelki alkoholu, po  
dwie, po trzy, jak w Polsce w czasach PRL-u, kiedy na zapas kupowało  
się niemal wszystkie towary, a zwłaszcza alkohol. W ciągu następnych  
godzin autobus wzbijał się wyżej i wyżej, a uczestnicy wycieczki byli  
coraz bardziej pijani. Mniej więcej na wysokości pięciu tysięcy metrów  
pierwsze osoby zaczęły chorować, a po drodze była kolejna wspinała  
peruwiańska regionalna restauracja, w której bez ograniczeń podawano  
szaszłyki, befsztyki, rolady, pulpety, filety, marynaty. Zanim dotarliśmy  
do górskiego schroniska, wycieczka znowu podzieliła się na trzy grupy.  
Pierwsza miała wymioty, druga wymioty i biegunkę, trzecia, najmniej  
liczna, czuła się w miarę nieźle. W jej skład wchodziły osoby, które  
poprzedniego dnia poprzestały na ryżu, a w czasie wspinania się na  
szczyty Andów piły wyłącznie wodę. Kiedy Piotrek w roli podczaszego  
otwierał kolejną butelkę, tym razem kategorycznie, aczkolwiek już nie-  
co bełkotliwie stwierdzając, że to jedyna metoda: liście koki przepijać  
alkoholem, znów spytałem nieśmiało: „A co z chorobą wysokościową?”.  
Następnego dnia chorowali już prawie wszyscy, a nasz przewodnik Pio-  
trek nie pojawił się nawet na śniadaniu. Kolejny etap podróży trzeba  
było opóźnić. „Może potrzeba lekarza, antybiotyku” — spytałem polską  
przewodniczkę, która była w lepszej formie od pozostałych. Jednak po  
raz kolejny usłyszałem, że to w zasadzie normalny objaw, bo wszyscy  
przybysze z Polski reagują w podobny sposób, jedyną radą jest żucie  
liści koki, alkohol i cierpliwość. I wtedy, jak u twojego proboszcza, drogi  
ojcze Rafale, włączyło się u mnie i u pozostałych trzech zdrowych osób  
bardzo silne ocenianie, zło i krytycyzm aż do przesady. Zaczęliśmy knuć  
i spiskować, kto i co napisze do Polski, kto zakabluje polską przewod-  
niczkę i peruwiańskiego rezydenta, a wreszcie — jak zemścimy się na po-  
zostałych głupkach, pijakach, ćwokach i bezmózgowcach. W niektórych  
z nas aż się gotowało. Szeptaliśmy po kątach, coraz bardziej złośliwie  
komentowaliśmy zachowanie innych uczestników i naszych opiekunów  
i niemal niezauważenie przeszliśmy wszystkie objawy choroby wysokoś-  
ciowej. Autobusowe picie i obżarstwo jeszcze się kilka razy powtórzyły,  
ale dopiero trzeciego czy czwartego dnia uświadomiłem sobie, że jestem  
tak zgorzkniały i wściekły, skoncentrowany na ocenianiu i krytycyzmie,  
niechętny ludziom, wrogo nastawiony do całej sytuacji, że cała wyprawa  
straciła dla mnie urok. Odwiedzamy fascynujące miejsca, chodzimy



wśród cudownych pejzaży, dotykamy inkaskich murów, wspinaamy się do świątyn i zjawiskowych sanktuariów, a ja jestem wściekły, nie odpuszczam, komentuję i oceniam. W pewnej chwili usiadłem na skale, podparłem ciężką głowę na rękach i zadałem sobie pytanie, co mogę zrobić, żeby powróciła radość z podróży, żeby uchwycić szczęśliwą chwilę, którą utraciłem, co mam począć, i poprzysiągłem sobie, że się nie ruszę z tej skały, dopóki nie znajdę odpowiedzi, ponieważ poczułem, że jeszcze dzień lub dwa takiego nastroju, a nie tylko zmarnuję wyjazd sobie, lecz również wszystkim dookoła, a zwłaszcza moim przyjaciółom, którzy już dawno odpuścili, wyzdrowieli lub w ogóle nie skupiali uwagi na wydarzeniach sprzed kilku dni. I co sobie bierzesz z mojej historii, ojcze Rafale? — spytałem na koniec.

— No, muszę powiedzieć, że zabiłeś mi ćwieka, myśli kotłują się w mojej starej głowie i nie mam prostej odpowiedzi. Pierwsza myśl jest w zasadzie oczywista: ksiądz Andrzej zapętlił się w swojej złości do ludzi i pewnie ani nie wie, jak się wycofać, ani nie potrafi się pojednać. Ani z ludźmi, ani ze swoją złością. Z racji swojej funkcji, swojego zawodu jest wyobcowany. Uznaje siebie za przewodnika, pasterza, duchowego przywódcę swojej trzódki, a to go jeszcze bardziej od ludzi oddala. Odrzuca i jest odrzucany. Ale świdruje mi jeszcze jedna myśl w głowie. Mniej jednoznaczna, a przez to trudniej znaleźć mi słowa. W twojej opowieści w zasadzie nie ma niczego zaskakującego. Ludzie w czasie podróży, wyprawy, wakacji piją, jedzą, korzystają z życia, chcą się rozluźnić. Z punktu widzenia kapłana — nie lubię tego określenia, ale trudno — wakacje to jest trochę czas poza grzechem, więcej wtedy wolno. Znikają reguły dotyczące odpowiedzialności, rozsądku, powagi, ale w mojej głowie krąży coś jeszcze, może za chwilę o tym powiem.

— W takim razie moja kolej — odezwał się Jędrrek. — Mnie zastanawia pierwsza część twojej opowieści, kiedy mówisz o dzielnicach Limy i o tym, jak wasz przewodnik znakomicie budował atmosferę podróży, zaciekał was, pokazując miasto od innej strony, prowadził was swoimi ścieżkami, a potem cię zawiódł. Przyszło mi do głowy, że ten twój zawód wynikał być może z tego, że jesteś abstynentem, zatem dopóki podzielał twoje wartości — ciekawość, inspiracja, nowe ścieżki, tajemnice — był dla ciebie autorytetem, ale od chwili, kiedy zachował się w sposób, którego ty nie aprobujesz, poczułeś zawód. Złość pojawia się wtedy, kiedy czujemy się zawiedzeni: to tak, jakby ktoś nas odrzucił.



# PROGRAM PARTNERSKI

GRUPY WYDAWNICZEJ HELION



1. ZAREJESTRUJ SIĘ
2. PREZENTUJ KSIĄŻKI
3. ZBIERAJ PROWIZJĘ

Zmień swoją stronę WWW  
w działający bankomat!

**Dowiedz się więcej i dołącz już dzisiaj!**

<http://program-partnerski.helion.pl>

GRUPA WYDAWNICZA

 **Helion SA**

Co szczęściu przeszkadza? Co szczęściu pomaga? Oto dwa pytania nurtujące autora tej niezwykłej książki. Zaprasza Cię on w podróż ku szczęściu, w której Twoimi towarzyszami będą Wiewiórkołany, niejaki Wiktor oraz coache — przewodnicy inspirujący do życiowych odkryć. **Coaching na Wyspach Szczęśliwych** możesz czytać tradycyjnie, strona po stronie, przygoda po przygodzie. Możesz również zmienić sposób czytania i wybierać tylko niektóre wątki, zaczynając od sentencji o szczęściu, a kończąc na przykład na ćwiczeniach. Sposób czytania zależy od Ciebie. **Od Ciebie zależy też ścieżka, którą podążysz ku Szczęściu.**

*Kto z nas jako dziecko nie marzył o mitycznych wyspach szczęśliwych, nieważne, czy opisywanych przez Pindara, czy Gałczyńskiego, zawsze kojarzonych z absolutną sielanką i wolnością? Dorosłość nie uwolniła nas od tych marzeń. Wyspy Szczęśliwe, będące archetypem raj, nadal kuszą. Kto wie, czy nie bardziej niż kiedyś?*

**Sylvia Mokrysz** z Zarządu Mokate SA, podróżniczka, fotograf

*Podróż... jakie to magiczne słowo. Można podróżować po świecie, można w głąb siebie samego, można też dzięki wyobraźni podróżować tam, gdzie tylko dusza zapagnie. Podróżując po świecie, nabieram dystansu, do siebie i swojego życia. Medytując, podróżuję w głąb siebie i za każdym razem odkrywam, ile piękna i siły drzemie w każdym z nas. Kiedy podróżuję w przestworzach wyobraźni, słyszę anielskie chóry i mam nadzieję, że kiedyś wśród nich odpocznę, a może nawet zaśpiemam :)*

**Justyna Steczkowska**, wokalistka, skrzypaczka, kompozytorka, autorka tekstów, aktorka filmowa i teatralna, tancerka i fotograf

*Podróż to zaproszenie! Do uszczyplenia się w rękę i zachłyśnięcia się tym, jak pięknie wokół! Jak smakuje dziś moja ulubiona kawa czy herbata... Jak pachnie trawa i jakoś wyglądam dziś inaczej? Może to nowa bluzka, może nowa płyta, a może to, że zobaczyłam, ilu wspaniałych ludzi jest wokół? Może? A może to po prostu odkrycie... jak dobrze, że jestem i wiem, dokąd chcę podróżować z nową filiżanką herbaty...*

**Monika Borowiecka**, Trade Marketing Manager Mars Polska, podróżniczka, certyfikowany Coach Supervisor

*Podróż to wewnętrzna potrzeba poznania czegoś nowego. To siła odkrywania odpowiedzi na pytania, które nas nurtują. Intencja zbliżenia się do każdego ziarenka piasku na każdej plaży. To chęć dzielenia się wszystkim, co masz najlepszego. To gen przestrzeni, na który brakuje naukowcom jasnego, klarownego równania. Bo to równanie każdy z nas ma w swoim sercu...*

**Robert Łęzak**, Dyrektor ds. Rozwoju Gadzety.com.pl, buddysta, podróżnik, Master&Team Coach

**Maciej Bennewicz** — menedżer, trener, coach, socjolog po UW. Dyrektor programowy Norman Benett Academy, organizacji kształcącej zawodowych trenerów i coachów. Autor licznych artykułów oraz uznawanych za kanoniczne poradników na temat coachingu, m.in. **Coaching czyli restauracja osobowości** i **Coaching czyli przebudzacz neuronów**.

PATRONI MEDIALNI:

**sens**

**benefit**

**LUBIĘ  
CZYTAĆ**

**{ opętani  
czytaniem }**

**książkiklasybusiness**

Nr katalogowy: 13789

**Księgarnia internetowa:**  
<http://onepress.pl>

**Zamówienia telefoniczne:**  
**0 801 339900**  
**0 601 339900**

**one  
p r e s s**

Sprawdź najnowsze promocje:  
• <http://onepress.pl/promocje>  
Książki najchętniej czytane:  
• <http://onepress.pl/bestsellery>  
Zamów informacje o nowościach:  
• <http://onepress.pl/novosci>

Helion SA  
ul. Kościuszki 1c, 44-100 Gliwice  
tel.: 32 230 98 63  
e-mail: [onepress@onepress.pl](mailto:onepress@onepress.pl)  
<http://onepress.pl>

**Cena 49,00 zł**

ISBN 978-83-246-7323-0



Lektura  
pod patronatem  
herbat LOYD

**LOYD**  
*The Magic Experience*