

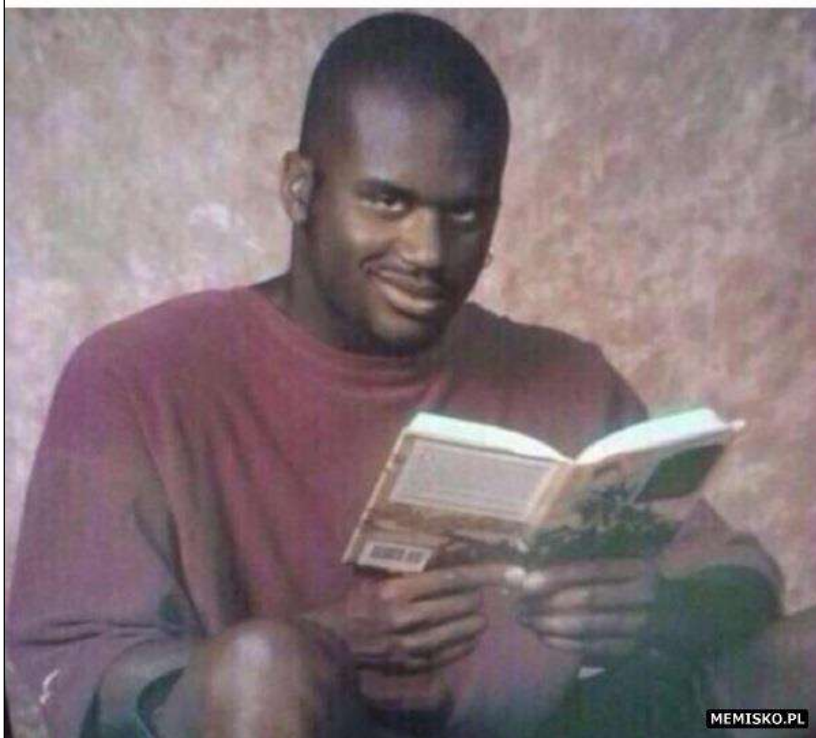
PROŚCIEJ SIĘ
NIE DA.

O ŻYCIU.

ALEKSANDRA AGK

To może być o Tobie i o tym ebooku

Kiedy mama wbija, do pokoju krzycząc, że znowu grasz na komputerze, a ty akurat czytasz książkę



Źródło: memisko.pl (data pobrania: 6.06.2023)

Mówią, że nie można napisać książki i na pierwszej jej stronie podziękować samej sobie, ale to nieprawda.

Można, tylko trzeba jeszcze kogoś dopisać, żeby to nie wyglądało głupio.

Na tym polega skromność.

A więc...

I WANNA THANK ME

i wszystkim moim instagramowym Obserwatorom

Spis treści

Wstęp	3
Działaj jak przyszły milioner	5
Padnij – powstań, czyli życiowy burpees.....	19
I bardzo (kurwa) dobrze	26
Panie Arczku.....	33
I tak inni o Tobie nie myślą.....	40
Dawaj na ring	45
Być jak Beethoven	53
Życiowe prawdy a regulamin paczkomatu.....	58
In Poland we don't say	63
Nieży z Ciebie Gość	67
Pokolenie AEZAKMI.....	75
Dekalog PRO.....	82
Polecanko AGK	83
Zamiast zakończenia.....	84

Wstęp

Wyobraź sobie, że zgłaszasz się do psychiatry ze swoimi życiowymi problemami. Psychiatra wystuchuje Cię, po czym siada przed gabinetowym komputerem, wpisuje coś na klawiaturze, zerka na ekran i... wybuchają śmiechem. Zaczynasz się niepokoić – „Panie doktorze, ale co ze mną?”. Lekarz odwraca monitor w Twoją stronę i mówi: „Cicho, pa na to”. Widzisz na nim znajomy kwadracik; jesteś bardziej niż zaskoczony, ale przyglądasz mu się dokładniej.

„He, he, he, to o mnie” – przyznajesz w duchu, a po chwili Twoje życie nabiera barw.

„Jakie to prawdziwe!”, „Mam tak samo!”, „Zrobiło mi to dzień” – to tylko nieliczne myśli, które towarzyszą nam podczas przeglądania memów. Osobiście uważam, że memy to żyćko najprawdziwsze, dlatego postanowiłam wyciągnąć z nich całą esencję, opakować w historie i udowodnić, że to, co pozornie wydaje się nic nie znaczącym żartem i chwilą rozrywki, może także nieść za sobą wiele mądrości.

Przed Tobą jedenaście opowieści inspirowanych memami, które uczą, jak żyć. Czy znajdziesz w nich rozwiązanie większości życiowych problemów? Być może. Czy po lekturze tej książki będziesz bardziej szczęśliwy i wyluzowany? Również być może. Przekonaj się sam.

To co, zaczynamy?

Panie Areczku...

Niezwykle rzadko zastanawiam się nad ogólnymi losami różnych zwierząt. Prędzej takimi konkretnymi, typu przypadek psa Fredka bez łapek czy kota Gucia z białaczką. Ale niezwykle rzadko nie oznacza z kolei nigdy, bo ostatnio przy okazji oglądania programu przyrodniczego wkręciłam się w historię ławicy makreli i z tejże historii wiem, że bycie taką makrelą jest – mówiąc wprost – przejebane. Jak się bowiem okazało, makrela poza formą wędzoną w sklepowych lodówkach funkcjonuje także w formie zwykłej, niewędzonej, pływającej w różnego typu akwenach, jak morza i oceany. I w tym swoim środowisku naturalnym prowadzi życie dość stresujące, bo nie tylko człowiek ma na nią chęć, ale także orły, foki oraz walenie, a jak nabiorą apetytu, to polują na nią w tym samym czasie, atakując równocześnie z lądu, wody i powietrza. Nieco marnym, ale jednak pocieszeniem dla takiej makreli jest fakt, że najczęściej nie ginie sama, tylko w znanym sobie towarzystwie, bo na przykład jeden z jej naturalnych wrogów (waleń) jednym haustem natapie sobie takich ryb jak ona pewnie setki, jak nie tysiące na raz.

Kolejna, i w sumie ostatnia, kategoria zwierząt, których ogólny los (jak się okazuje, równie dramatyczny) mnie interesuje, to chomiki. Osobiście nigdy nie posiadałam chomika, ale znam sporo osób, które je miało. No właśnie: miało – i to jest ciekawa sprawa, bo wszyscy mówią o nich w trybie przeszłym i niezwykle rzadko

pojawiają w czasie teraźniejszym, jakby dotycząca ich czasoprzestrzeń zaginała się w momencie stworzenia, omijała „tu i teraz” i niezwłocznie przechodziła do krańca żywota. Druga kwestia, równie ciekawa, ale nieco podejrzana, dotyczy właśnie tego krańca – historia ich żyć nigdy nie kończy się happy endem w stylu „umarł ze starości” albo „odszedł spokojnie”; w każdym z tych chomiczych losów pojawia się zwykle jakiś dramatyczny wątek.

I w przeciwieństwie do makreli, z której ktoś zrobi sobie pastę do kanapki z odrobiną jajka, ogórka kiszzonego i majonezu, chomiki odejdą z tego świata w sposób mało wartościowy, niepraktyczny, by nie powiedzieć bezsensowny; równie bezsensowne będzie ich pożegnanie. Jeśli ze zwierzątka cokolwiek zostało (bo jak już wspominałam, powody odejścia bywają różne), to zgodnie z tradycją wykopie mu się dołek i przy ulubionym drzewie lub jakimś ładnym klombie w trumience z opakowania po margarynie odprawi pogrzeb. I w czasie tego pogrzebu pojawi się kolejna tradycja, która nakaze wspomnieć co nieco o istocie, która właśnie odchodzi z tego świata. W przypadku ludzi czasami są to historie życia czy anegdotki, czasami morały, a czasami podsumowania sprowadzające się do jednego zdania „za szybko”; oczywiście zdarzają się także słowa „i bardzo dobrze, szkoda tylko, że tak późno, bo chuj z niego straszny”, ale umówmy się – należą raczej do rzadkości. W przypadku makreli, jeśli ktoś chciałby jej wyprawić pokonsumpcyjny pogrzeb, pewnie pokusiłby się o podsumowanie w stylu „fajna była, smaczna, taka nie za tłusta”; w przypadku chomika

byłoby to pewnie zdanie „może i żył intensywnie, ale za to krótko”.

Kilka lat temu dowiedziałam się, że choruję na przewlekłą chorobę zwaną kamicą nerkową. Przypadłość ta poza tym, że jest niezwykle interesująca medycznie (organizm produkuje sobie różnorodne kamienie, niestety bezwartościowe), to przy okazji jest także cholernie bolesna, stąd od czasu do czasu zmuszona jestem odwiedzać okoliczne SOR-y. Jak pewnie wiesz lub się domyślasz, pobyt na szpitalnej izbie przyjęć wbrew rozrywkowej nazwie nie jest ani przyjemny, ani czas tam nie upływa specjalnie szybko, więc człowiek jak już tam siedzi x godzin, to ma czas na interesowanie się innymi przypadkami chorobowymi poza swoim. I tak oto pewnego razu pojawił się w poczekalni młody człowiek z podejrzeniem zawału. Domyślam się, że czytając te słowa, wyobrażasz sobie bladego ze strachu mężczyznę trzymającego się za serce i błagającego o szybką pomoc. Otóż nie tym razem. Pacjent z laptopem na kolanach, prawym barkiem podtrzymując telefon (bo lewy drętwiał), przygotowywał raport, który miał wysłać do określonej godziny, która – akurat tak słabo się złożyło – pokrywała się z godziną walki o jego zdrowie, a może i życie. Co ciekawe, osoba po drugiej stronie chyba również niespecjalnie przejmowała się jego stanem. I wtedy właśnie po raz pierwszy przyszło mi na myśl porównanie losu pędzącego w kołowrotku chomika do życia współczesnego człowieka –

przy czym chomik biega, żeby jak najdłużej cieszyć się życiem, a człowiek biega, żeby to życie stracić.



Źródło: blasty.com (data pobrania: 5.06.2023)

Chomiczki są bardzo mądrymi zwierzątkami; może nie oglądają Netflixa, nie czytają książek i nie chodzą na piwerka, ale wiedzą, że jak się zapierdala osiem czy dziesięć godzin, to trzeba czasem odpocząć, na przykład leżąc w trocinach.

Człowiek zdaje się o tym zapominać, żyjąc w swoim kołowrotku:

- „jeszcze jeden mail/telefon i będę miał jutro mniej”,

- „jeszcze tylko trzy miesiące, będę miał urlop i odpocznę”,
- „jak będę miał urlop, to zapiszę się do lekarza”,
- „tylko skończę ten projekt i wezmę się za siebie, zapiszę się na siłownię”,
- „jeszcze tylko to i będę szczęśliwy”.

Ale do czasu, kiedy jest jeszcze młody, niezniszczalny i nadążający za tempem świata *instant*, jest to na swój sposób podniecające i napędzające do jeszcze większych wysiłków i szybszych rezultatów. Ciągłe powtarzanie „nie mam czasu” staje się dla niego synonimem „człowieka sukcesu”. I tak żyje w tym kołowrotku deadline’ów, ASAP-ów, tasków i meetingów, wypełniając wolny czas kursami, szkoleniami i webinariami o tym, jak jeszcze bardziej zwiększyć swoją produktywność i udoskonalać multitasking. Jakby tylko życie w pełnym biegu miało sens, bo wewnętrzny spokój, bycie sam na sam ze sobą i ładowanie baterii są jedynie przeszkodami w tym sprincie po życiowy sukces.

Aż nadchodzi moment, w którym człowiek musi zmierzyć się ze swoją cielesnością, bo ta – niestłuchana, niebrana pod uwagę, niezatroszczona – w końcu odcina prąd. I pozostaje cisza wypełniona frustracją, złością i niezrozumieniem. „Czemu nie uprzedziła o nadchodzącym deadline, czemu nie wysyłała przypomnień? Przecież mógłbym jakoś temu zapobiec, lepiej się przygotować lub zabezpieczyć”.

I kiedy tylko modlitwy do najświętszych zostaną wysłuchane, a pokuta odprawiona, powróci do stanu sprzed awarii, na zapas faszerując ciało lekami na bezsenność, na ból kręgosłupa i suchość w gardle, marząc o leku na powstrzymywanie chęci oddawania moczu i odpoczynku, bo wtedy można by było pracować więcej. I wciąż wierzy, że pewnego dnia dogoni szczęście i poczuje spełnienie. Dopiero po czasie przekona się, że ani szczęście, ani wyczyszczona skrzynka mailowa, ani spokojne jutro nie nadejdą, dopóki nie nabierze do siebie szacunku, nie nauczy się odpuszczania i tego, że odpoczynek jest jego największą inwestycją.



Źródło: jeja.pl (data pobrania 5.06.2023)

Jak zatem wyjść z kołowrotka?

- Najcenniejsze, co masz w życiu, to czas i relacje z innymi.
- Zadbaj o siebie, bo nikt tego za Ciebie nie zrobi.
- Zaczynij wsłuchiwać się w to, co mówi Twoje ciało – zanim dostrzeże to umysł, ono pierwsze powie, że potrzebuje odpoczynku, odżywczego jedzenia i snu. W przeciwnym razie pewnego dnia po prostu odłączy Ci prąd, a dobrze wiesz, że bez niego niewiele zrobisz.
- Wykonuj jedno zadanie w jednym czasie.
- Wyznaczaj granice i przestrzegaj ich.

Pamiętaj, że firma, dla której pracujesz, płaci Ci wynagrodzenie za Twój czas, Twoją wiedzę i umiejętności. I nawet jeśli co wieczór ogarnięty frustracją słyszysz ironiczny głos w swojej głowie: „Owoce Twojej pracy są dla zarządu, dla Ciebie jest nieznośny ból kręgosłupa, stany lękowe, w pośpiechu jedzone obiady i rozpadająca się rodzina”, nie wolno będzie Ci mieć o to do nikogo pretensji, bo przecież podpisałeś umowę, a potem sam przekształciłeś ją w cyrograf.

I kiedy nauczysz się mówić sobie „zrobiłem wystarczająco na dziś”, to istnieje szansa, że kiedy nadejdzie Twój czas, zamiast „szkoda człowieka” będą o Tobie mówić: „żył długo i szczęśliwie”.

Tymczasem – zatrzymaj się i żyj.