

10 „duchowych” działań, które są totalną ściemą

16 kwietnia 2017

Nikt mnie nigdy nie uprzedził, że duchowość może być podstępna pułapką na ego. Ponad trzy lata spędziłem na poznawaniu duchowych nauk i próbach wprowadzania ich do własnego życia, zanim dowiedziałem się, że duchowość ma też ciemną stronę.



Moje vibracje są potężne, a wszystkie czakry mam jak pod sznurek.

Kurcze, jestem duchową supermanką!

Bardzo to mną wstrząsnęło, poczułem się zdradzony. Jakim cudem coś, co wyglądało na tak czyste i dobre, może w rzeczywistości być szkodliwe?

Odpowiedź ma wiele wspólnego z tym, co psychologowie nazywają duchowym eskapizmem. Termin ten wprowadził we wczesnych latach 80. psycholog John Welwood, chcąc odnieść się do praktyk i wierzeń, których używamy, aby uniknąć konfrontacji z niewygodnymi uczuciami, niezagojonymi ranami oraz podstawowymi potrzebami emocjonalnymi i psychologicznymi.

Według pracującego w nurcie integralnym psychoterapeuty Roberta Augusta Mastersa, duchowy eskapizm sprawia, że

odsuwamy się od nas samych i od innych, by skryć się za zasłoną metafizycznych przekonań i praktyk. Jak mówi: „Dystansuje on nas nie tylko wobec naszego bólu i osobistych problemów, ale również wobec własnej autentycznej duchowości, pozostawiając nas w metafizycznej pustce, strefie przesadnej łagodności, przymilności i powierzchowności.”

BOLESNE DOŚWIADCZENIA: MÓJ WŁASNY ESKAPIZM

W swojej przełomowej książce „Duchowy eskapizm: kiedy duchowość odłącza nas od tego, co naprawdę ważne”, Robert Masters napisał: „Aspekty duchowego eskapizmu obejmują przesadny dystans, emocjonalne zobojętnienie i wytłumienie, nadmierną afirmację pozytywności, całkowite odrzucenie złości, ślepe lub nadmiernie tolerancyjne współczucie, słabo zaznaczone bądź zbyt przepuszczalne granice, wypaczony rozwój (kognitywna inteligencja często dalece wyprzedza inteligencję emocjonalną i moralną), osłabienie oceny własnej negatywności, obniżenie osobistych relacji z duchowością i złudzenia dotyczące osiągnięcia wyższego poziomu istnienia.”

Pierwszy raz zetknąłem się z ideą eskapizmu duchowego w książce Mastersa. I chociaż trudno było mi to przyznać, od razu wiedziałem, że na jakimś poziomie mówi to o mojej własnej sytuacji.

Im dłużej się nad tym zastanawiałem, dostrzegałem coraz więcej ciemnych stron duchowości, i zdałem sobie sprawę, że wiele razy nieświadomie się do nich stosowałem.

Chociaż było to bolesne, uważam, że to jedno z najważniejszych przebudzeń, jakich w życiu doznałem. Pomogło mi przerwać stosowanie wypaczonych form „duchowości” jako dopalacza do „ego” i zacząć brać większą odpowiedzialność za rozwiązywanie własnych problemów, zarówno psychologicznych jak i życiowych.

10 „DUCHOWYCH” DZIAŁAŃ, KTÓRE ZATRZYMUJĄ NAS W ROZWOJU

Najlepszym sposobem opisanie duchowego eskapizmu jest

wskazanie go na przykładach. Przygotujcie się zatem na trochę przykrości.

Zamierzam szczegółowo opisać dziesięć sytuacji typowych dla fałszywej duchowości.

Uwaga: niektóre z nich mogą was dotknąć.

Ale pamiętajcie też, że odnalezienie ich u siebie nie jest niczym wstydliwym. Podejrzewam, że niektóre stosują się do każdego, kto kiedykolwiek starał się nad sobą pracować. U siebie odnalazłem większość tych zachowań, a z niektórymi wciąż walczę.

Celem tego tekstu nie jest osądzanie nikogo, ale pomoc w zwiększeniu samoświadomości, by zbliżyć się do duchowości uczciwszej, wzbogacającej i pożytecznej. Zatem do roboty.

1. UDZIAŁ W „DUCHOWYCH” AKTYWNOŚCIACH TYLKO PO TO, BY POCZUĆ SIĘ LEPSZYM OD INNYCH

To chyba najczęstsza z ciemnych stron duchowości, w dodatku przybierająca wiele form. Jedni czują się lepsi, ponieważ czytają Alana Wattsa. Inni, bo do pracy jeżdżą na rowerze albo nie oglądają telewizji, albo nie jedzą mięsa. Albo też używają kryształów. Albo chodzą do świątyń. Albo praktykują jogę czy medytują. Albo biorą psychodeliki.

Zauważcie, że nie mówię niczego o wartości uczestniczenia w tych aktywnościach. Sam cenię Alana Wattsa i sądzę, że medytacja przynosi wiele korzyści. Mówię tylko, że niepokojąco łatwo jest dopuścić, aby duchowe idee i praktyki stały się pułapką dla „ego”—uwierzyć, że skoro je podejmujemy, to z pewnością jesteśmy o całe niebo lepsi i bardziej oświeceni niż ludzki tłum dookoła. Jednak taki sposób podejścia do „duchowości” nie jest ani trochę lepszy, niż przekonanie o własnej wyższości wynikające z posiadania magisterki czy bycia kibicem Legii. Ta dysfunkcja w rzeczywistości ogranicza nas w duchowym rozwoju, sprawia bowiem, że skupiamy się

współzawodnictwie z innymi, zamiast na kultywowaniu poczucia wspólnoty z kosmosem i odczuwaniu poetycznego podziwu wobec wspaniałości istnienia.

2. UŻYWANIE „DUCHOWOŚCI” JAKO USPRAWIEDLIWIENIA DLA BRAKU ODPOWIEDZIALNOŚCI

Istotą tego punktu jest ogromna łatwość, z jaką możemy przekształcić pewne mantry czy idee w usprawiedliwienia własne nieodpowiedzialności czy nierzetelności.

„Świat jest tym, czym jest” albo „Wszechświat jest doskonały”, albo „Nic nie wydarza się bez powodu”. Wszystkie te zdania mogą funkcjonować jako doskonałe uzasadnienia dla własnej beczynności czy braku uczciwej autorefleksji. Nie odnoszę się do prawdziwości czy nieprawdziwości tych stwierdzeń. Mówię tylko, że jeśli wiecznie spóźniasz się na spotkania, często zaniedbujesz bliskie związki, a ludzie wynajmujący z tobą mieszkanie nie mogą liczyć, że dołożysz swoją część na czas, może powinieneś przestać powtarzać sobie “co tam, rzeczywistość, to i tak iluzja” i stać się kimś, na kim można polegać...?

W podobny sposób zaskakująco łatwo jest oszukiwać się, że kiedy inni mają problem z moim zachowaniem, to dlatego, że „nie szanują prawdy mojego istnienia” czy wręcz „potrzebują jeszcze dojrzeć duchowo”. O wiele trudniej uznać, że to my zachowujemy się beczelnie, samolubne czy bezmyślnie i przysparzamy tym zmartwień otoczeniu. O wiele trudniej przyznać, że nam samym również wiele brakuje do doskonałości oraz że procesy wzrostu i nabywania wiedzy nie mają końca.

3. PODEJMOWANIE NOWYCH HOBBY, ZAINTERESOWAŃ I PRZEKONAŃ DLATEGO, ŻE SĄ AKTUALNIE NA TOPIE

Ludzie zawsze chcą się do czegoś dopasować. Wszyscy mamy głęboką potrzebę przynależności. I żeby tę potrzebę zaspokoić, tworzymy najrozmaitsze grupy. Duchowość jest tylko jednym z wielu tematów, wokół których ludzie się grupują. Potencjalnie

to świetna sprawa, ale ma też swoją ciemną stronę.

Dla wielu ludzi „duchowość” to niewiele więcej niż fajna zajawka, która kręci znajomych. Jednak często tyle wystarczy, żeby samemu zacząć praktykować jogę, nosić niuejdżowe ciuchy, jeździć na festiwale, pić ayahuaskę itd., bo to wszystko czyni z nich ludzi „uduchowionych”. Tacy „pasażerowie na gapę” rozmywają znaczenie głębokiej duchowości, kontemplacji, doświadczeń i świadomości. Z moich doświadczeń wynika też, że to im najłatwiej przychodzi używanie „duchowości” do podbudowania ego.

4. POTĘPIANIE WYRAŻANIA PRZEZ INNYCH ZŁOŚCI CZY PODOBNIE MOCNYCH UCZUĆ, NAWET KIEDY WYNIKAJĄ ONE Z SYTUACJI

To jeden z pierwszych aspektów, jakie zauważyłem u siebie, gdy zapoznałem się z teorią duchowego eskapizmu. Zdałem sobie sprawę, że kiedy znajomi złościli się na mnie czy denerwowali, moją typową odpowiedzią było: „Złość niczego nie rozwiązuje” albo „Myślę, że gdybyśmy zachowali spokój, oszczędzilibyśmy sobie wielu problemów.” Wewnętrznie od razu osądzałem takich ludzi, myśląc że „gdyby byli bardziej świadomi, uniknęlibyśmy całego zamieszania”. W wielu sytuacjach był to jednak tylko mój sposób na unikanie głębszych kwestii, których wygodniej było nie zauważać.

Kiedy zaczynasz interesować się duchowością, jedna z pierwszych zasad, jakie napotykasz brzmi: „Trzymanie się złości jest jak wzięcie w dłoń rozżarzonego węgla z zamiarem skrzywdzenia kogoś; tym, kto poparzy się najmocniej, jesteś ty sam.”

Ten cytat często jest błędnie przypisywany Buddzie, podczas gdy w rzeczywistości jest to parafraza twierdzenia Buddhaghosy z V wieku n.e. Finezją tej mądrości jest to, że nie potępia ona gniewu jako takiego. Mówi ona tylko, że nie powinniśmy się go trzymać. Jak najbardziej powinniśmy go odczuć, wyrazić jeśli trzeba, a potem odpuścić. Jednak bardzo łatwo jest

laikom przyjąć, że według tej prawdy każdy gniew, w każdej formie, oznacza że ktoś jest niemądry lub mało świadomy. A to nieprawda. Gniew i złość to naturalne ludzkie emocje, w wielu sytuacjach stanowiące doskonale uzasadnione reakcje. Co więcej, gniew często bywa cenną wskazówką, że coś w nas samych czy naszych związkach domaga się większej uwagi.

Jak na ironię, wielu pracujących nad sobą ludzi tłumi wszelkie „niższe” emocje i sztucznie pompuje „duchowe” odczucia i cechy, takie współczucie, dobroć i spokój. Prowadzi to do braku autentyczności. Ktoś wiecznie usiłujący przedstawiać się jako zrównoważona, uprzejma i miła osoba, pogodzona ze sobą i światem, kończy wyglądając i czując się jak oszust.

5. UŻYCIE „DUCHOWOŚCI” JAKO USPRAWIEDLIWIENIA DLA NADMIERNEGO UŻYCIA NARKOTYKÓW

Wielu ludzi (łącznie ze mną) uważa, że narkotyki mogą wywoływać doświadczenia mistyczne i w ten sposób wzbogacać (świecką) duchowość. Pięknie i ładnie, jednak niektórzy idą w tym za daleko, używając tego twierdzenia do racjonalizowania zachowań autodestrukcyjnych i zakrywania przed samym sobą niebezpiecznych aspektów różnych substancji.

W skrajnych przypadkach „uduchowieni” ludzie kończą na „celebrowaniu ceremonii cannabis”, jak Boży dzień długi, braniu narkotyków zbyt często lub w niewłaściwych sytuacjach oraz całkowitym wypieraniu jakichkolwiek negatywnych efektów tych substancji. O ile raczej popieram psychodeliki, chcę postawić sprawę jasno: narkotyki, włącznie z marihuaną, zdecydowanie mają swoje ciemne strony. Jeżeli używasz ich nieodpowiedzialnie lub po prostu masz pecha, silniejsze psychodeliki jak LSD czy zawarta w grzybkach psylocybina może czasami wywołać traumatyczne przeżycia o dalekosiężnych skutkach. Również marihuana, chociaż jest narkotykiem łagodnym i nie uzależnia, może przy zbyt częstym i obfitym używaniu rozwinąć nawyk, niezauważalnie przyćmiewający rozum i osłabiający motywację. Należy zatem do tych substancji

podchodzić z respektem i stosować je odpowiedzialnie.

6. PRZESADNE PODKREŚLANIE „POZYTYWNOŚCI”, POZWALAJĄCE UNIKAĆ KONFRONTACJI Z PROBLEMAMI ZARÓWNO OSOBISTYMI, JAK I OTACZAJĄCEGO ŚWIATA

„Bądź pozytywny!”, to hasło często stosowane przez „uduchowionych” ludzi jako mechanizm unikania trudnej pracy odnoszenia się do własnych wewnętrznych problemów, ran i obciążeń, nie mówiąc już o problemach dotyczących świata. Ruch „pozytywności” w ostatnich latach dosłownie eksplodował w kulturze Zachodu. Internet jest przepełniony niekończącymi się memami i tekstami powtarzającymi z grubsza to samo przesłanie: „Myśl pozytywnie!”, „Bądź pozytywny!”, „Nie skupiaj się na negatywnym!”

Chociaż kultywowanie wdzięczności za wiele cudów naszej egzystencji z pewnością ma dużą wartość, ruch ten wydaje się pomijać coś kluczowego: ciemne aspekty życia nie znikną tylko dlatego, że zamykamy na nie oczy. Na odwrót, wiele problemów zarówno własnych jak i świata tylko się skomplikuje i urośnie, kiedy je zignorujemy. Tak jak absurdalne byłoby proponowanie hasła „myśl pozytywnie” jako rozwiązania problemów heroinisty. Podobnie absurdalna jest wiara, że pozytywne myślenie cokolwiek pomoże w takich sprawach, jak zmiana klimatyczna, ubóstwo, przemysłowy ubój zwierząt czy zagrożenie dla przetrwania ludzkości.

Nie znaczy to, że mamy brać na barki wszystkie problemy świata i czuć się nimi ciągle zdołowani. Warto widzieć napawające optymizmem fakty, dostrzegać, że pod wieloma względami świat zmierza ku lepszemu. Jednak musimy ten optymizm połączyć z odwagą podejmowania i rozwiązywania napotykanых problemów, od prywatnych po globalne.

7. WYPIERANIE NIEMIŁYCH EMOCJI, NIE PASUJĄCYCH DO „UDUCHOWIONEGO” OBRAZU SAMEGO SIEBIE

„Nie ma mowy, żebym kiedykolwiek był w depresji, samotności,

lęku czy niepewności. Zbyt mocno kocham życie i za bardzo jestem [Zen / mądry / oświecony], żebym na to pozwolił."

Natknąłem się na ten problem, kiedy na rok wyjechałem do Płd. Korei uczyć angielskiego. Myślałem, że wykształciłem u siebie niewzruszony spokój oraz taoistyczną umiejętność „płynięcia z prądem życia” i unoszenia się na nim jak spławik, pod którym przewalają się fale życiowej rzeki.

A wtedy doznałem szoku kulturowego, dojmującej samotności oraz ogromnej tęsknoty za domem i sam przed sobą musiałem przyznać, że nie jestem takim mistrzem Zen jak mi się wydawało. Albo raczej, musiałem zdać sobie sprawę że umiejętność „płynięcia z prądem” i akceptacji wszystkiego, co się wydarza oczywiście ma ponadczasową wartość, ale czasem jednak oznacza również akceptację faktu, że czujesz się jak kupa gówna.

Łatwo oszukiwać samego siebie, że poprzez duchowość będziesz w stanie płynąć przez życie jak na chmurce, ale w praktyce tak nie jest. Życie wciąż jest pełne cierpienia, i jeśli mamy rzeczywiście rosnąć i uczyć się z własnego doświadczenia, musimy być uczciwi co do naszych uczuć i przeżywać je w pełni. W moim przypadku potrzeba bycia “Zen,” „płynięcia z prądem” i prezentowania sobie oraz innym obrazu wewnętrznego spokoju uniemożliwiła mi dostrzeżenie prawdy różnych sytuacji/przeżyć, jak również wzięcia odpowiedzialności za radzenie sobie z nimi.

8. ODCZUWANIE GŁĘBOKIEJ AWERSJI I POGARDY DO SAMEGO SIEBIE PRZY KONFRONTACJI Z WŁASNĄ UŁOMNOŚCIĄ

Po poznaniu koncepcji duchowego eskapizmu zauważyłem to u siebie bardzo szybko. Mój narcystyczny obraz samego siebie jako osoby, która osiągnęła „wyższy” poziom świadomości stwarzał kosmiczne ilości dysonansu poznawczego. Osądzałem się bardzo surowo i miałem kolosalne, druzgocące poczucie winy przy okazji swoich mniej szlachetnych postępów.

Kiedy zaczynasz interesować się duchowością, łatwo jest

idealizować takie postacie, jak Budda czy Dalaj Lama i wierzyć, że osiągnęli oni najwyższy poziom człowieczeństwa doskonałości, działając zawsze z pełną świadomością oraz współczuciem. W rzeczywistości prawie na pewno tak nie jest. Nawet, jeśli niektórzy ludzie osiągają świadomość pozwalającą im "czynić dobrze" we wszelkich możliwych okolicznościach, musimy uznać, że coś takiego dostępne jest bardzo nielicznym. A osobiście podejrzewam, że w ogóle jest to niemożliwe.

W rzeczywistym świecie wszyscy jesteśmy ułomni i wszyscy popełniamy błędy. Karty są ułożone przeciwko nam. Praktycznie niemożliwe jest przeżycie choćby tygodnia bez popełnienia kilku błędów.. Zdarza się to wszystkim, i to jest w porządku. Wybaczaj sobie. Wszystko co robisz, to uczysz się na własnych błędach i starasz się być lepszym w przyszłości.

Paradoksalnie, najwyraźniej duchowa lekcja wybaczenia samemu sobie może być specjalnie trudna do przyswojenia dla ludzi zainteresowanych duchowością. Duchowe nauki i mądrości mogą po sobie pozostawić sięgające stratosfery ideały, skutkujące ogromnym poczuciem winy i obrzydzenia do samego siebie w przypadku nie sprostania im. To jest główny powód, dlaczego tak często uduchowieni ludzie odrzucają odpowiedzialność, ponieważ uczciwość wobec samego siebie byłaby zbyt bolesna. Co ironiczne, musimy być wobec siebie uczciwi co do własnych błędów, abyśmy mogli się na nich uczyć i osiągać coraz wyższe poziomy świadomości i współczucia. Pamiętaj: jesteś tylko człowiekiem. Masz prawo do błędów. Naprawdę. Ale później przyznawaj się do nich i wyciągaj z nich wnioski.

9. WPADANIE W KŁOPOTY Z POWODU NADMIERNEJ TOLERANCJI ORAZ ODMOWY CZYNIENIA ROZRÓŻNIEŃ MIĘDZY LUDŹMI

To jest na 100% moje. Od dawna bardzo poważnie traktowałem ideę, że każda istota ludzka zasługuje na dobroć i współczucie. Nadal tego nie odrzucam, ale dziś zdaję sobie sprawę, że w wielu sytuacjach inne troski powinny wziąć górę nad moim pragnieniem traktowania wszystkich ludzi z jednakowym

współczuciem.

Podróżując po świecie kilka razy znalazłem się w sytuacjach zagrożenia życia, ponieważ zbyt ufałem ludziom, których nie znałem, lub dałem za duży kredyt zaufania osobom, które sam oceniałem jako podejrzane. Na szczęście nigdy nie skończyło się to obrażeniami, ale dobre kilka razy oszukano mnie czy okradziono. W każdym przypadku chciałem wierzyć, że ludzie z którymi się stykałem, byli w głębi ducha „dobrzy” i jeśli wykażę dla nich zrozumienie, odpłacą mi tym samym. Okazało się to strasznie naiwne, a ja do dziś próbuję zmienić swoje postępowanie i przyjąć, że są na świecie sytuacje, w których ciepło i dobroć nie działają.

Pozostaje smutnym faktem, że chociaż nas samych już to nie dotyczy, ogromna liczba ludzi na planecie wciąż toczy regularną walkę o przetrwanie. Wielu wyrosło w nędzy i przestępczości, ucząc się, że jedynym sposobem życia jest żerowanie na słabszych. Większość ludzi na świecie raczej tak nie uważa, jednak jeśli trafiasz do miasta czy środowiska w którym bieda dominuje, powinieneś stosować podstawowe środki ostrożności, takie jak:

1. Nie wychodzenie na ulicę po zmierzchu.
2. Omijanie pustych, bezludnych miejsc.
3. Nie wdawanie się w interesy z natarczywymi przekupniami.
4. Rozróżnianie ludzi (zaufaj mechanizmom, które ludzki umysł kształcił przez wieki, ostrzegającym kiedy ktoś zachowuje się jakby był naćpany, niezrównoważony, zdesperowany czy niebezpieczny).

10. CAŁKOWITE LEKCEWAŻENIE NAUKI Z POWODU WIELKIEGO PRAGNIENIA, ABY RÓŻNE „DUCHOWE” PRAKTYKI OKAZAŁY SIĘ PRAWDZIWE

W sporej części „uduchowionej” społeczności istnieje mocny przekaz antynaukowy. Uważam, że powinniśmy się tego wstydić.

Wydaje mi się, że wielu ludzi wykazuje wrogość wobec nauki dlatego, że podważa ona sens pewnych wysoko cenionych wierzeń czy praktyk. Jednak jeśli jakieś wierzenie czy praktyka są uważane za pseudonaukowe i polegające tylko na wierze, to jeszcze nie znaczy, że są nieprawdziwe czy szkodliwe. Znaczy tylko, że nie zostały dotąd potwierdzone w powtarzalnych, laboratoryjnych eksperymentach.

Tymczasem metoda naukowa jest jednym z najlepszych narzędzi, jakimi dysponujemy, aby rozumieć mechanikę obserwowalnego wszechświata. Pozwoliła nam odkryć głębokie prawdy biologicznej ewolucji, dostrzec najdalsze zakątki kosmosu, wydłużyć ludzkie życie o dziesięciolecia czy stąpać po powierzchni księżyca; całkowite odrzucanie nauki jest głupim rezygnowaniem z najskuteczniejszego dotąd sposobu poznawania i rozumienia rzeczywistości.

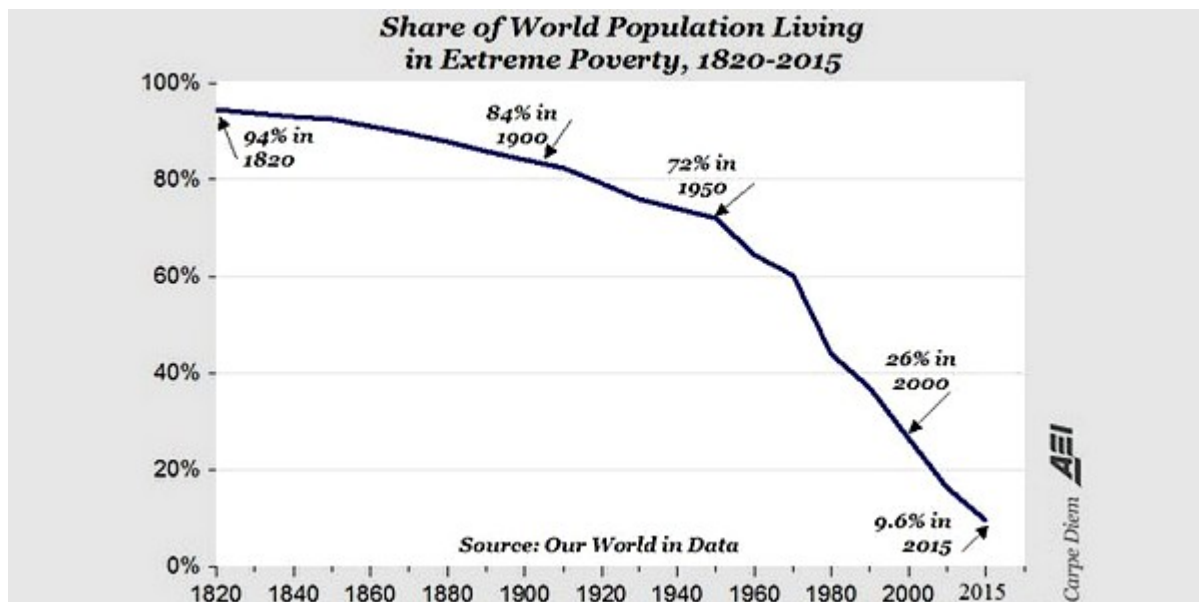
Jak to doskonale ujął Carl Sagan: "Nauka nie tylko daje się pogodzić z duchowością, ale jest też jej potężnym źródłem. Kiedy widzimy nasze miejsce w mierzonym latami świetlnymi ogromie czasu i przestrzeni, kiedy dostrzegamy stopień skomplikowania, piękno i subtelność życia, to niezwykle uczucie jakiego doznajemy – łączące w sobie zachwyt i poczucie własnej małości – z całą pewnością jest duchowe. Tak samo, jak duchowe są emocje wywoływane przez wielkie dzieła muzyki i literatury, czy akty bezprzykładnego poświęcenia i odwagi Mahatmy Gandhiego i Martina Luthera Kinga. Pomysł, że nauka i duchowość w jakiś sposób się wykluczają, obu tym sferom wyrządza wielką krzywdę."

DODATEK: REZYGNACJA Z MATERIALNEGO DOBROBYTU Z POWODU PRZEKONANIA, ŻE PIENIĄDZE I KAPITALIZM TO ZŁO

Wielu „uduchowionych” ludzi sabotuje własne możliwości materialnego sukcesu. Wygląda, jakby mieli alergię na bogactwo, automatycznie łącząc pieniądze z chciwością, nieuczciwością i ogólnie wszystkim co najgorsze. Kapitalizm zaś postrzegany jest jako źródło zepsucia i nierówności, które

należy usunąć.

Sam też niegdyś miałem podobne poglądy, więc doskonale sobie zdaję sprawę, jak są kuszące. Jeśli pociąga cię duchowość, potępienie “materializmu” staje się naturalne. W rzeczywistości jednak jest to ogromne uproszczenie, a prawda o kapitalizmie złożona. Tak, kapitalizm ma swoje bardzo prawdziwe złe strony, ale uregulowany i odpowiedzialny kapitalizm na wiele sposobów okazał się być siłą służącą dobru, przynosząc ze sobą niezwykle postęp i wyciągając na całym świecie z biedy miliony ludzi. W roku 1820, 94% populacji Ziemi żyło w skrajnym ubóstwie. W roku 2015 ta cyfra spadła do 9.6%, głównie dzięki ekonomicznemu wzrostowi generowanemu przez regulowany kapitalizm:



Być może najbardziej optymistyczny z wykresów (za: [Our World in Data](https://ourworldindata.org)).

Co więcej, pozwólcie mi powtórzyć: chęć robienia pieniędzy nie jest zła sama w sobie. Pieniądze to niezwykle narzędzie. Miliarderzy w rodzaj Elona Muska i Billa Gatesa, używający swojego bogactwa do pomocy reszcie świata udowadniają, jak pożytecznie mogą być wykorzystywane. Weźcie pod uwagę również 139 bogaczy, którzy łącznie zadeklarowali przeznaczenie łącznie zadeklarowali przeznaczenie 732 miliardów dolarów na działania dobroczynne. I tak naprawdę dobrze by było, aby więcej współczujących ludzi robiło duże pieniądze, aby

skutecznie i altruistycznie mogli ich używać do poprawiania świata.

Aby doprecyzować: jak najbardziej jestem za pilnowaniem kapitalizmu, tak by pracował dla wszystkich ludzi na planecie. Na przykład, powinny obowiązywać twarde przepisy chroniące środowisko i uniemożliwiające nadużycia w rodzaju pogoni za rentą i naginania prawa. Idealny system ekonomiczny powinien nagradzać innowacyjność i przedsiębiorczość, jednocześnie zapewniając odnawialność zasobów i zaspokojenie wszystkim podstawowych potrzeb. Nie wiem, jak można by wypełnić tak ambitne cele, ale dzisiejsze formy kapitalizmu radzą z tym sobie lepiej, niż postrzega to wielu ludzi, zwłaszcza pamiętając o ogromie wyzwania.

Popieram dalszą metodyczną, opartą na danych pracę nad ulepszaniem naszych systemów ekonomicznych, ale zanim potępimy kapitalizm w czambuł warto zauważyć i docenić wszystkie rzeczy, które w kapitalizmie naprawdę nieźle się udają. Bardzo polecam ten wyważony i dający do myślenia wykład Jonathana Haidta, badający wady i zalety kapitalizmu.

WSZYSCY SIĘ UCZMY...

Myślę, że aby różne, rozmaicie ze sobą powiązane elementy duchowości całego globu mogły być maksymalnie szanowane i skuteczne, muszą odnieść się do swoich ciemnych stron.

W tym tekście próbowałem wskazać najbardziej rozpowszechnione z błędów pokutujących wśród ludzi pracujących nad swą duchowością. Jak podkreślałem, większość z nich odnalazłem u samego siebie. Niepokojąco łatwo jest wpaść w niektóre pułapki duchowości i prezentować różne ograniczające przekonania i zachowania, zachowując przy tym uczucie osiągnięcia „wyższych” poziomów istnienia.

Nauka, jaka z tego wynika mówi, że wzrost i rozwój to procesy nie mające końca. Jeśli sądzisz, że niczego już więcej nie musisz się uczyć, robisz sobie krzywdę na wielu poziomach.

Zapewne przyznanie się, że przez długi czas ktoś funkcjonował, opierając się na błędnych podstawach jest bardzo trudne, ale alternatywa jest o wiele gorsza. Jest nią bowiem rodzaj duchowej i intelektualnej śmierci – stan wiecznej stagnacji, w którym bez końca łudzimy się, że znamy już wszystkie odpowiedzi, że osiągnęliśmy wszystko, co było dla nas możliwe. W gwałtownie zmieniającym się świecie nie sposób przecenić wartości ciągłej nauki.

W swojej najlepszej postaci duchowość jest siłą, która może pomóc ludzkości w pełni wyrazić naszą wspólną tożsamość jako istot myślących, uzyskać świadomość ekologiczną i poczucie łączności z otaczającym nas wszechświatem oraz potraktować najpilniejsze problemy współczesności z troską, rozważą, inwencją, i tym, co Einstein nazywał „świętą ciekawością.”

Duchowość jest siłą, która prowadzi nas ku bardziej harmonijnej, opartej na współpracy, zrównoważonej przyszłości. Taki jest też sens doskonalenia samego siebie, i w ten sposób przyczynienia się do powstania piękniejszego świata.

Autorstwo: Jordan Bates

Tłumaczenie: Jędrzej Jaxa-Rożen

Zdjęcie: [Prosa1960](#) (CC0)

Źródło oryginalne: [HighExistence.com](#)

Źródło polskie: [MediumPubliczne.pl](#)

BIBLIOGRAFIA

1.
<http://highexistence.com/spiritual-bypassing-how-spirituality-sabotaged-my-growth/>
2. http://realitysandwich.com/74388/spiritual_bypassing/
3. <https://store.highexistence.com/products/30-challenges>
4.
<https://www.amazon.com/Spiritual-Bypassing-Spirituality-Discon>

nects - Matters -

ebook/dp/B003WUYPJC/ref=as_li_ss_tl?s=books&ie=UTF8&qid=1462122692&sr=1-1&keywords=spiritual+bypassing&linkCode=sll&tag=bates0b-20&linkId=e8d0cde2e58f6dc6284931e35b07ec25

5. [https://en.wikipedia.org/wiki/Shadow_\(psychology\)](https://en.wikipedia.org/wiki/Shadow_(psychology))

6.

<http://highexistence.com/ultra-spiritual-hilarious-video-satirizes-shadow-tendencies-of-spiritual-tendencies/>

7. <https://www.youtube.com/watch?v=1kDso5ElFRg>

8. <http://highexistence.com/alan-watts-human-nature/>

9.

<http://highexistence.com/26-scientifically-proven-superhuman-benefits-of-meditation/>

10. <http://highexistence.com/images/view/ego-trap/>

11.

<http://highexistence.com/secular-spirituality-surrender-to-sacred-yosemite/>

12.

<http://highexistence.com/existence-should-astound-us-a-meditation-on-the-ineffable-magnificent-mystery-of-being-itself/>

13. <https://www.youtube.com/watch?v=2ctu8NYJLkk>

14.

<http://highexistence.com/why-politics-and-religion-make-everyone-crazy/>

15.

<http://highexistence.com/when-to-take-ayahuasca-fashionable-path-awakening/>

16.

<http://fakebuddhaquotes.com/holding-on-to-anger-is-like-graspi>

ng-a-hot-coal-with-the-intent-of-harming-another-you-end-up-getting-burned/

17.

<http://highexistence.com/gift-of-the-gods-why-visionary-plant-medicines-deserves-reverence-and-caution/>

18.

<http://highexistence.com/secular-spirituality-surrender-to-sacred-yosemite/>

19.

<http://highexistence.com/gift-of-the-gods-why-visionary-plant-medicines-deserves-reverence-and-caution/>

20.

<http://highexistence.com/sam-harris-ted-talk-artificial-intelligence/>

21. <http://www.vox.com/2014/11/24/7272929/charts-thankful>

22.

<http://highexistence.com/11-takeaways-from-8-months-of-unemployed-nomadism/>

23.

<http://highexistence.com/how-to-not-give-a-fuck-like-a-zen-master/>

24. https://en.wikipedia.org/wiki/Scientific_method

25.

<http://highexistence.com/carl-sagan-on-what-would-happen-if-advanced-aliens-contacted-earth/>

26. https://www.youtube.com/watch?v=i0u_8yoqZoQ

27.

<http://waitbutwhy.com/2015/05/elon-musk-the-worlds-raddest-man.html>

28. <http://www.gatesfoundation.org/>

29. https://en.wikipedia.org/wiki/The_Giving_Pledge

30.

<http://highexistence.com/1000-times-more-altruistic-with-a-single-dollar/>

31. https://pl.wikipedia.org/wiki/Pogo%C5%84_zarent%C4%85

32. https://www.youtube.com/watch?v=i0u_8yoqZoQ

33.

https://medium.com/@schuyler_brown/the-world-in-a-state-of-extreme-transition-b30f0e7b535

34.

<http://highexistence.com/ultimate-flowchart-for-determining-how-you-can-help-the-world/>