

Retkarčiais sutinku džiaugsmą spinduliuojančių žmonių. Tai žmonės, kurie, rodos, švyti vidine šviesa. Jie būna malonūs, ramūs, džiaugiasi paprastais malonumais ir būna dėkingi už didelius. Šie žmonės nėra tobuli. Kartais jie išvargsta ir įsitempia. Klysta. Tačiau jie gyvena dėl kitų, o ne dėl savęs. Jie tvirtai įsipareigoję šeimai, tikslui, bendruomenei ar tikėjimui. Žino, koks jų tikslas šioje žemėje, ir patiria stiprų pasitenkinimą darydami tai, kam buvo pašaukti. Šių žmonių gyvenimas nelengvas. Jie prisiėmė kitų našta. Vis dėlto juos gaubia ramybė, jie tvirtai apsisprendę. Jie domisi jumis, priverčia pasijusti branginamais ir žinomais žmonėmis, džiaugiasi, kai jums gera.

Sutikę šiuos žmones suvokiate, kad džiaugsmas nėra vien jausmas, tai gali būti ir požiūris. Esama laikinų aukštumų, kurias pasiekiamo po kokios nors pergalės, taip pat egzistuoja kitoks džiaugsmas – nuolatinis, įkvepiantis gyvybės tiems, kurie nėra egoistai ir atiduoda visą save.

Dažnai pastebiu, kad jų gyvenimas primena du kalnus. Jie būna baigę mokyklą, pradėję karjerą ar sukūrę šeimą ir suradę kalną, į kurį, manė, jiems skirta įkopti: „Tapsiu policininku, gydytoju, verslininku ar kuo nors kitu.“ Būdami ant pirmojo kalno, visi turime atlikti tam tikras gyvenimo užduotis: įtvirtinti tapatybę, atsiskirti nuo tėvų, ugdyti talentus, susikurti tvirtą ego ir pasistengti palikti žymę pasaulyje. Žmonės, kopiantys į šį pirmąjį kalną, praleidžia daug laiko mąstydami apie reputacijos valdymą. Visada stebi, kaip jiems sekasi. Kaip man sekasi, palyginti su kitais? Kokią vietą užimu? Anot psichologo Džeimso Holiso (*James Hollis*), šiame etape mes linkę manyti, kad esame tokie, kokius mus teigia esant pasaulis.

Pirmojo kalno tikslai yra įprasti siekiai, kuriuos vertina mūsų kultūra – sulaukti sėkmės, pakvietimo į vieną ar kitą pageidautiną socialinį ratą, turėti gerą įvaizdį, patirti asmeninę laimę. Visa tai normalūs dalykai: dailūs namai, graži šeima, malonios atostogos, puikus maistas, geri draugai ir t. t.

Tada kažkas atsitinka.

Vieni žmonės pasiekia pirmojo kalno viršūnę, paragauja sėkmės ir jiems ji... nesuteikia pasitenkinimo. „Ar tai viskas?“ – klausia jie savęs. Nujaučia, kad turėtų būti prasmingesnė kelionė, į kurią galėtų leistis.

Kitus žmones nuo kalno nubloškia kokia nors nesėkmė. Kas nors ištrinka jų karjerą, šeimą ar reputaciją. Staiga gyvenimas nebepanašus į nuoseklų kilimą į sėkmės kalną; jis įgauna kitokią ir labiau nuvilliančią formą.

Tretiems nutinka kas nors netikėta, kas nors išmuša iš vėžių: vaiko mirtis, išgąstis dėl vėžio, kova su priklausomybe, kokia nors gyvenimą pakeitusi tragedija, kurios nebuvo pirminiame plane. Kad ir kokia būtų priežastis, šie žmonės jau nebe ant kalno. Jie atsidūrė sumišimo arba kančių slėnyje. Beje, taip gali nutikti sulaukus bet kokio

amžiaus – nuo aštuonerių metų iki aštuoniasdešimt penkerių ir daugiau. Niekada ne per anksti ir ne per vėlu nupulti nuo savo pirmojo kalno.

Kančių laikotarpiai gali apnuoginti giliausias mūsų kerteles ir priminti, kad nesame tokie žmonės, kokie manėme esą. Slėnyje atsidūrę žmonės buvo sužlugdyti. Jiems buvo priminta, kad jie nėra tik tos savojo aš dalys, kurias parodo kitiems. Juose glūdi dar vienas klodas, kurį jie neigė, substratas, kur yra tamsių žaizdų ir labiausiai trokštamų dalykų.

Susidūrę su tokiomis kančiomis, vieni susigūžia. Rodos, jie tampa baimingesni ir pagiežingesni. Su baime atsitraukia nuo savo vidinių gelmių. Jų gyvenimas tampa menkesnis ir vienišesnis. Visi mes pažįstame senų žmonių, kurie niekaip nepaleidžia amžinų nuoskaudų. Jie nesulaukia pelnytos pagarbos. Gyvena savo gyvenimą kaip nesibaigiantį pykčio priepuolį, prasidėjusį dėl kokios nors seniai padarytos skriaudos.

Tačiau kitus šis slėnis formuoja. Kančių laikotarpis pertraukia dirbtinę kasdienio gyvenimo tėkmę. Jie pažvelgia giliau į save ir suvokia, kad po substratu slypi iš visų švelnių kertelių srūvantis esminis gebėjimas jausti rūpestį, troškimas peržengti savo ego ir rūpintis kitais. O susidūrę su šiuo troškimu jie tampa pasirengę tapti visaverčiais žmonėmis. Kitomis akimis išvysta pažįstamus dalykus. Pagaliau jie iš tikrųjų geba mylėti savo artimą kaip save pačius. Jų gyvenimą apibrėžia tai, kaip jie reaguoja ištikus didžiausiai nelaimei.

Žmonės, kuriuos kančia padaro geresnius, sukelia du nedidelius sukilimus. Pirma, jie sukyla prieš savo ego idealą. Kai jie buvo ant savo pirmojo kalno, jų ego turėjo siektinų dalykų vaizdinį – kokią nors iškilumo, malonumo ir sėkmės viziją. Slėnyje jie netenka susidomėjimo savo ego idealu. Be abejo, vėliau jie ir toliau pajunta savanaudiškų troškimų ir kartais jiems pasiduoda. Tačiau apskritai jie suvokia, kad ego troškimai niekada nepatenkins tų gilių savyje atrastų sričių. Pasak Henrio Nouveno (Henri Nouwen), jie suvokia, kad yra kur kas geresni už savo ego idealą.

Antra, jie sukyla prieš populiariąją kultūrą. Visą savo gyvenimą jie lankė ekonomikos paskaitas arba gyveno kultūroje, kuri moko, jog žmonės siekia savanaudiškų dalykų – pinigų, galios, šlovės. Tačiau staiga jų nebedomina tai, ko norėti jiems liepdavo kiti. Jie ima trokšti dalykų, kurių norėti tikrai verta. Jie iškelia savo troškimus. Pasaulis žmogui liepia būti geru vartotoju, tačiau jis pats nori būti suvartotas moralaus tikslo. Pasaulis liepia trokšti nepriklausomybės, tačiau jis trokšta laisvės įsipainioti į šiltų santykių tinklą. Pasaulis liepia trokšti individualios laisvės, tačiau jis trokšta intymumo, atsakomybės ir įsipareigojimo. Pasaulis nori, kad jis koptų kopėčiomis ir siektų sėkmės, o jis nori būti žmogumi, padedančiu kitiems. Žurnalai stenduose kviečia klausti savęs: „Ko galėčiau imtis, kad suteikčiau sau laimės?“, o jis mato šį tą daugiau nei asmeninę laimę.

Žmonės, kuriuos kančios padarė geresnius, yra pakankamai narsūs, kad leistų numirti savo senajam aš. Slėnyje pasikeitė jų motyvai. Kadaise susitelkę į save, dabar jie tapo susitelkę į kitus.

Tada žmonės suvokia: „Ak, pirmasis kalnas vis dėlto nebuvo manasis kalnas. Yra kitas, didesnis, kuris iš tikrųjų yra mano. Antrasis kalnas nėra pirmojo priešprieša. Į jį įkopti nereikia nepaisyti pirmojo. Tai kelionė po jo. Tai dosnesnis ir daugiau pasitenkinimo teikiantis gyvenimo etapas.

Tai suvokę, vieni žmonės radikaliai pakeičia savo gyvenimą. Jie meta teisės praktiką ir išvyksta į Tibetą. Atsisako konsultanto darbo ir tampa mokytojais prastų rajonų mokyklose. Kiti neatsisako savo pagrindinės srities, bet kitaip leidžia laiką. Turiu draugę, kuri Kalifornijos slėnyje įkūrė sėkmingą verslą. Ji tebeturi savo verslą, tačiau didžiąją dalį laiko skiria mokyklų ir sveikatos centrų, skirtų jos įmonės darbuotojams, statybai. Ji ant savo antrojo kalno.

Treti išsaugo darbą ir santuoką, tačiau pasikeičia. Jiems svarbu nebe jie patys, o pašaukimas. Jeigu jie yra mokyklų direktoriai, jų džiaugsmas – matyti spindinčius savo mokytojus. Jeigu jie dirba įmonėje, save laiko nebe vadybininkais, o mentorais; savo energiją skiria tam, kad padėtų tobulėti kitiems. Jie trokšta, kad jų organizacijos būtų užpildytos vietos, kur žmonės atrastų tikslą, o ne liktų pustuštės, kur žmonės ateitų vien tik užsidirbti.

Savo knygoje „Praktiška išmintis“ (*Practical Wisdom*) psichologas Baris Švarcas (Barry Schwartz) ir politologas Kenetas Šarpas (Kenneth Sharpe) aprašo istoriją apie ligoninės valytoją vardu Lukas. Ligoninėje, kurioje dirbo Lukas, gulėjo jaunuolis. Jis po muštynių paniro į komą ir vis neprabudo. Vaikino tėvas jau pusę metų kasdien tyliai budėdavo šalia. Vieną dieną Lukas atėjo ir išvalė jaunuolio palatą. Tėvo nebuvo; buvo išėjęs parūkyti. Vėliau tą pačią dieną Lukas koridoriuje sutiko jaunuolio tėvą, kuris ėmė plūsti valytoją kaltindamas, kad šis neišvalė jo sūnaus palatos.

Atsakymas esant ant pirmojo kalno – savo darbą traktuoti kaip palatų valymą. „Aš tikrai išvaliau jūsų sūnaus palatą, – atkirstumėte. – Tik jūs buvote išėjęs parūkyti.“ Atsakymas esant ant antrojo kalno – savo darbą laikyti tarnyste pacientams ir jų šeimoms. Patenkinti jų poreikius per krizę. Tokiu atveju atsakymas toks: šiam vyru reikia paguodos. Išvalyk palatą dar kartą.

Būtent tai Lukas ir padarė. Vėliau per pokalbį jis paaiškino: „Išvaliau ją, kad jis matytų mane valant. <...> Suprantu, kaip gali būti. Jo sūnus ten gulėjo jau apie šešis mėnesius. Jis buvo truputį suirzęs, tad išvaliau palatą dar kartą.“¹

Arba prisiminkime Abraomą Linkolną (Abraham Lincoln). Jaunystėje jis taip aršiai troško šlovės ir galios, kad tas troškimo stiprumas jam pačiam kėlė baimę. Tačiau siekis išsaugoti Valstijų vienybę buvo toks svarbus, kad jam neberūpėjo jo paties įvaizdis. Jis paliko nuošalyje asmeninę reputaciją ir iškeliavo į savo antrąjį kalną.

Vieną dieną, 1861 m. lapkričio mėnesį, Linkolnas apsilankė generolo Džordžo Maklelano (George McClellan) namuose, vildamasis paskubinti jį imti agresyviau kovoti su Konfederacija. Linkolnui atvykus, Maklelano nebuvo namuose, tad svečias pasakė liokajui, kad jis, valstybės sekretorius Viljamas Siuardas (William Seward) ir asmeninis sekretorius Džonas Hėjus (John Hay) palauks svečių kambaryje. Po valandos Maklelanas

grįžo ir praėjo pro kambarį, kuriame laukė prezidentas. Linkolnas luktelėjo dar pusvalandį. Vėl pasirodęs liokajus pasakė, kad Maklelanas nusprendė eiti miegoti ir su Linkolnu pasimatys kada nors kitą kartą. Maklelanas su Linkolnu žaidė galios žaidimus.

Hėjus įtūžo. Kas gi turi tiek akiplėšiškumo taip nepagarbiai elgtis su Jungtinių Valstijų prezidentu? Tačiau Linkolnas buvo ramus. „Geriau tokiu metu, – pareiškė jis Siuardui ir Hėjui, – nekreipti dėmesio į etiketą ir asmeninį orumą.“ Tai buvo visai nesusiję su juo. Linkolno savigarbai grėsmė nekilo. Jis būtų mielai laukęs amžinai, jei tik pavyktų rasti generolą, kuris kovotų už Sąjungą. Tuo metu Linkolnas jau buvo atsidavęs. Dabar jis turėjo svarbiausią gyvenimo tikslą. Galiausiai jį patraukė kažkas išorėje, o ne viduje.

Tai pagrindinis būdas išsiaiškinti, ar esi ant savo pirmojo, ar ant antrojo kalno. Kam skirtas tavo galutinis kreipimasis? Jums pačiam ar kam nors kitam?

Jei pirmasis kalnas skirtas susikurti ego ir apibrėžti save, tai antrasis skirtas atsikratyti ego ir atsisakyti savęs. Jei pirmasis kalnas skirtas įgyti, tai antrasis – prisidėti. Jei kopiant į pirmąjį kalną vyrauja elitistinis požiūris – siekiama kilti aukštin, tai kopiant į antrąjį – egalitarinis, tai yra siekiama atsidurti tarp tų, kuriems reikia pagalbos, ir žengti koja kojon kartu su jais.

Į antrąjį kalną kopiname ne taip, kaip į pirmąjį. Pirmąjį savo kalną užkariaujame. Nustatome viršukalnę ir į ją kopiname nagais. Jus užkariauja antrasis kalnas. Pasiduodate tam tikriems pašaukimams ir darote viską, kas būtina, kad atsilieptumėte į šauksmą ir atkreiptumėte dėmesį į priešais iškilusią problemą arba neteisybę. Ant pirmojo kalno esate linkęs būti ambicingas, strategiškai mąstantis ir nepriklausomas; ant antrojo – racionalus, išmintingas ir nepalenkiamas.

Dabar jau gebu atskirti pirmojo ir antrojo kalno žmones. Pirmojo kalno žmonės dažnai būna linksmi, įdomūs, su jais smagu. Jie neretai turi įspūdingą darbą ir gali jus nusiųsti į begalę įvairiausių puikių restoranų. Antrojo kalno žmonės nemėgsta pasaulietiško malonumų. Jie pasimėgaujama gera taure vyno arba gražiu paplūdimiu. (Nėra nieko blogesnio už žmones, kurie tokie sudvasėję, kad nemyli pasaulio.) Tačiau šie žmonės jau prašokę šiuos malonumus ir siekia moralinio džiaugsmo jausdami, kad savo gyvenimą suderino su koku nors didžiausiu gėriu. Prireikus rinktis, jie renkasi džiaugsmą.

Jų dienos dažnai varginančios, nes save jie atiduoda kitiems žmonėms, o šie jų dienas užpildo prašymais ir reikalavimais. Tačiau jie gyvena visavertiškiau, suaktyvindami prasmingesnes savo asmenybės dalis ir prisiimdami įvairesnių pareigų. Pasak K. S. Luiso (C. S. Lewis), jie nusprendė, kad „mano kaimyno šlovės krūvį, sunkį ar naštą reikėtų kasdien užkrauti man ant kupros, tokią sunkią naštą, kad tik nuolankumas galės ją panešti, o išdidžiųjų stuburas nuo jos perlūš.“²

Taip pat ėmiau atpažinti pirmojo ir antrojo kalno organizacijas. Kartais dirbi įmonėje arba lankai universitetą, ir šios įstaigos tavyje nepalieka ryškaus pėdsako. Gauni tai, ko tikėjaisi, ir išėini. Antrojo kalno organizacijos giliai paliečia žmones ir palieka

ilgalaikę žymę. Visada atpažįsti jūrų pėstininką, Morhauso koledžo absolventą, Džuljardo mokyklos pianistą, NASA mokslininką. Šios institucijos turi kolektyvinį tikslą, bendrus ritualus, tokią pačią kilmės istoriją. Jos puoselėja tvirtus ryšius ir reikalauja visiško pasišventimo. Jos ne vien ugdo, bet ir transformuoja.

PLANAS

Pirmasis šios knygos tikslas – žingsnis po žingsnio ir su konkrečiomis detalėmis parodyti, kaip individai iš pirmojo kalno pereina į antrąjį, pademonstruojant, kaip atrodo prasmingesnis ir džiaugsmingesnis gyvenimas. Visi postringauja, es? reikia tarnauti siekiant tikslo, svarbesnio už save, tik niekas nepasako *kaip*

Antrasis tikslas – parodyti, kaip iš pirmojo kalno į antrąjį gali pereiti visuomenės. Galiausiai tai knyga apie atsinaujinimą, apie tai, kaip susiskaldžiusieji ir susvetimėjusieji gali atrasti naują pilnatvę. Mūsų visuomenė kenčia nuo artumo, solidarumo krizės. Gyvename hiperindividualizmo kultūroje. Visuomet jaučiama įtampa tarp savęs ir visuomenės, tarp individo ir grupės. Per pastaruosius šešiasdešimt metų per daug susitelkėme į save. Vienintelė išeitis norint ištrūkti – vėl atkurti pusiausvyrą, sukurti kultūrą, kuri žmones nukreiptų link santykių, bendruomenės ir įsipareigojimo – dalykų, kurių labiausiai trokštame, tik hiperindividualistiniu gyvenimo būdu nustumiami į šalį.

Pirmoje dalyje išsamiau išdėstysiu, kaip gyvenimas vyksta ant antrojo kalno. Nuvesiu prie pirmojo kalno šlaito, tada žemyn kitu šlaitu į slėnį, o paskui į antrąjį kalną. Prašau, nesupraskite šios metaforos pernelyg tiesiogiai. Be abejo, nėra vienos formulės, apimančios viso gyvenimo eigą. (Pavyzdžiui, regis, mano žmona pirmoji įkopė į savo antrąjį kalną. Skirtingai nei dauguma mūsų, ji užaugo aplinkoje, kurioje buvo akcentuojamas moralinis įsipareigojimas, o ne individuali sėkmė.) Šią dviejų kalnų metaforą pasitelkiu norėdamas pasakojimo forma pateikti du moralės etosus, kuriais žmonės gali vadovautis gyvenime: gyvenimą sau ir gyvenimą dėl kitų. Noriu parodyti, kad pirmasis būdas, paplitęs mūsų kultūroje, nesuteikia pasitenkinimo. Aprašysiu kelias patirtis, kurios žmones lydi pakeliui į prasmingesnį gyvenimą, ir pasidalysiu svarbiomis jų atrastomis tiesomis. Dauguma mūsų išmokstame gyventi geriau, tampame įžvalgesni ir išmintingesni, o ši knyga siekia užfiksuoti, kaip tai vyksta.

Antroje knygos dalyje aprašysiu, kaip žmonės gyvena turėdami antrojo kalno mentalitetą. Žmonės ant pirmojo kalno gyvena judriai ir ne itin prisirišdami. O štai ant antrojo kalno gyvena giliai įleidę šaknis ir tvirtai įsipareigoję. Gyvenimas ant antrojo kalno – tai gyvenimas įsipareigojus. Aprašydamas, kaip gyvena žmonės ant antrojo kalno, iš tikrųjų pasakoju, kaip tie žmonės maksimaliai įsipareigojo kitiems, aistringai ir iki galo įgyvendindami tuos įsipareigojimus. Šie žmonės nepasilieka atvirų pasirinkimų. Jie įleidžia šaknis. Žmonės ant antrojo kalno tvirtai įsipareigoja vienam iš šių dalykų arba visiems keturiems:

pašaukimui;

sutuoktiniui ar šeimai;
filosofijai ar tikėjimui;
bendruomenei.

Įsipareigoti reiškia ką nors pažadėti nesitikint atlygio. Įsipareigoti reiškia ką nors pamilti ir aplink kurti tam tikrą elgseną, skirtą toms akimirkoms, kai meilė ims blėsti. Šioje antroje dalyje pasistengsiu aprašyti, kaip įsipareigojama: kaip žmonės pažadina jų pašaukimas ir kaip jie jį įgyvendina; kaip nusprendžia, su kuo tuoktis ir imti sėkmingai puoselėti santuoką; kaip susikuria savą gyvenimo filosofiją ir kokia jų tikėjimo patirtis; kaip juos užvaldo troškimas tarnauti savo bendruomenei; ir kaip jie dirba su kitais siekdami, kad jų bendruomenė klestėtų. Pasitenkinimas gyvenimu priklauso nuo to, ar tinkamai pasirenkame ir įgyvendiname tuos kartais nesuderinamus įsipareigojimus.

Kai kurių žmonių, apie kuriuos pasakosiu šiuose puslapiuose, gyvenimo lygis buvo itin aukštas. Tiesą sakant, jūs ir aš negyvensime taip aukodamiesi, kaip aukojosi jie. Mums tai nepavyks todėl, kad esame paprasti žmonės, ir vis tiek būsime normalūs individai, į save susitelkę labiau, nei norėtume pripažinti. Tačiau vis vien svarbu nustatyti aukštus standartus. Vis vien svarbu būti įkvėptiems kitų pavyzdžių ir nepamiršti, kad įmanoma gyventi prasmingai įsipareigojus. Kai nepavyksta, taip nutinka dėl mūsų ribotumo, o ne todėl, kad idealas būtų neadekvatus.

K? SUŽINOJAU

Skirtumas tarp pirmojo ir antrojo kalno gali kiek priminti skirtumą tarp CV dorybių ir laidotuvių dorybių, kurias aprašiau savo ankstesnėje knygoje „Kelias į save“. O dabar turiu prisipažinti, kad ši knyga rašau iš dalies norėdamas kompensuoti pirmosios knygos trūkumus. Galima daug ko išmokti iš žmonių, kuriuos aprašiau „Kelyje į save“, tačiau toji knyga buvo parašyta tam tikru metu, tam tikrame žmogaus kelionės etape. Penkeri metai nuo tada, kai baigiau rašyti „Kelią į save“, buvo audringiausi mano gyvenime. Tie metai – kartais skausmingi, kartais džiaugsmingi – man atstojo gyvenimo meno ir sunkumų srities aukštųjų išsilavinimų. Jie mane gerokai priartino prie kelio į supratimą.

Kai rašiau „Kelią į save“, tebebuvau užsisiklėjęs individualizmo kalėjime. Buvau įsitikinęs, kad gyvenimas geriausiai klojasi tada, kai imame veikti individualiai, kai čiumpame vairą ir patys vedame savo laivą. Tebemaniau, kad charakteris yra tai, ką daugiausia susikuriame patys. Atpažįsti savo pagrindinę nuodėmę, o tada, sukaupęs visas valios jėgas, pasistengi būti stiprus didžiausio silpnumo akimirkomis.

Dabar nebemanau, kad charakterio formavimas iš esmės yra individualus užmojis arba kad tai kiekvienas žmogus pasiekia skirtingai. Nebemanau, kad charakterio formavimas panašus į sporto salės lankymą: atlieki pratimus ir ug dai sąžiningumą, narsą, principingumą ir būdo tvirtumą. Dabar manau, kad geras charakteris yra šalutinis atsidavimo rezultatas. Myli dalykus, kurie verti meilės. Atsiduodi bendruomenei ar tikslui, duodi pažadus žmonėms, sukuri tankias šiltų santykių džungles, imi kasdien pasitarnauti kitiems, kai kiti ima kasdien pasitarnauti tau. Verta turėti charakterį ir daug ko galima išmokti keliaujant į save. Tačiau galima turėti dar geresnį dalyką – moralinį pasitenkinimą. O ši ramybė atsiranda artėjant prie tobulos

meilės įkūnijimo.

Be to, nebetikiu, kad mūsų visuomenės kultūros ir moralės normos yra geros ir kad mums tereikia pasitaisyti kiekvienam atskirai. Per pastaruosius kelerius metus dėl asmeninio gyvenimo, šalies ir pasaulio įvykių tapau radikalus.

Dabar manau, kad nežabotas dabartinės mūsų kultūros individualizmas yra katastrofa. Didžiulis susitelkimas į save – į individualią sėkmę, į asmeninį pasitenkinimą, į individualią laisvę, į savirealizaciją – yra katastrofa. Dabar manau, kad norint gyventi geriau reikia gerokai didesnių permainų. Nepakanka atsikratyti silpnųjų. Visa kultūros paradigma turi keistis pereinant nuo hiperindividualistinės mąstysenos prie racionalios antrojo kalno mąstysenos.

KODŲ ESAME ?IA

Iš dalies ši knyga parašiau norėdamas sau pačiam priminti apie tokį gyvenimą, kokį noriu gyventi. Mes, rašytojai, savo sugalvotus dalykus viešumoje išgryniname net apsimesdami, kad rašome apie ką nors kita. Kitaip tariant, stengiamės mokyti to, ką tikrai privalu išmokti. Man kopti pirmąjį kalną ne tikėtina sekėsi. Profesininkas buvo gerokai didesnis, nei tikėjaisi. Tačiau kopdamas pirmąjį kalną virtau tam tikro tipo žmogumi – atsiribojusiu, nepažeidžiamu ir nebendraujančiu, bent jau asmeniniame gyvenime. Vengiau atsakomybių, susijusių su santykiais. Mudu su buvusia žmona sutarėme, kad viešai nekalbėsime apie savo santuoką ir skyrybas. Tačiau apžvelgęs savo gyvenimo klaidas, nesėkmes ir nuodėmes matau, kad tai paprastai yra aplaidumo nulemtos nesėkmės, negebėjimas parodyti nuoširdumo žmonėms, su kuriais turėjau būti artimas. Tai paprastai yra atsiribojimo nuodėmės: vengimas, darboholizmas, bėgimas nuo konfliktų, nesugebėjimas suprasti kitų ir atvirai išreikšti savąs. Pavyzdžiui, turiu du senus ir brangius draugus, gyvenančius už 400 kilometrų nuo manų, ir mūsų draugystė pareikalavo didžiulio įpakantumo ir atlaidumo, nes aš visados būdavau pernelyg užsiėmęs, pernelyg neorganizuotas, pernelyg toli, kai jiems ko nors prirėkdavo arba kai jie tiesiog turėdavo laiko. Šias brangias draugystes žvelgiu su dėkingumu, atmiešu gėdą, ir toks modelis – polinkis neskirti laiko tiems, kuriuos myliu, nes pirmenybę teikiu laikui, o ne žmonėms, produktyvumui, o ne santykiams – yra pasikartojantis mano gyvenimo motyvas.

Nuodėmės kaina yra nuodėmė. Mano klaidos kaupėsi, o tada 2013 m. užgriuvo mane. Tais metais gyvenimas mane nubloškė į slėnį. Realijos, kurios anksčiau apibrėžė mano gyvenimą, dingo. Baigėsi du dešimtmečius trukusi santuoka ir aš po šio nenusisekusio įsipareigojimo išsikrausčiau į butą. Mano vaikai jau žengė į suaugusiųjų gyvenimą ir buvo arba išvykę studijuoti, arba tam rengėsi. Aš juos vis dar sutikdavau, kai išeidavome pavakarieniauti, bet ilgėjausi tų penkiolika sekundžių trunkančių susidūrimų namų koridoriuje ar virtuvėje. Didžiąją dalį savo gyvenimo skyriau konservatorių judėjimui, tačiau manasis konservatizmas jau nebebuvo tas paplitęs konservatizmas, tad irgi atsiribojau tiek intelektualiai, tiek politiškai. Didžiąją dalį savo socialinio gyvenimo praleidau konservatyviųjų rate, bet ir su jais ryšiai nutrūko. Supratau, kad turėjau daug draugų, tačiau tos draugystės buvo gana paviršutiniškos. Retas man pasipasakodavo, nes neskleidžiau auros, skatinančios atsiverti. Buvau pernelyg užsiėmęs, nuolat judėjau.

Buvau nepastovus, vienišas, pažemintas. Pamenu, tuo laikotarpiu buvau tokios būsenos, kuri priminė nuolatinį girtumą – visi mano jausmai buvo paviršiuje, o mano grojaraščiuose galėjai rasti vien airiškas Šineidos O'Konor (Sinéad O'Connor) ir „Snow Patrol“ dainas apie sudaužytas širdis. Prikibdavau prie draugų taip, kad dabar, kai visa

tai prisimenu (ko stengiuosi nedaryti), dėl to gėda. Buvau atsiribojęs, svarsčiau, koks turėtų būti mano likęs gyvenimas, susidūriau su dvidešimt dvejų metų žmogaus problemomis turėdamas penkiasdešimt dvejų metų žmogaus protą.

Po neįvykdyto įsipareigojimo penkerius metus praleidau mąstydamas ir skaitydamas apie tai, kaip įsipareigojimų laikytis, kaip įprasminti savo gyvenimą, kai pasaulietinė sėkmė nesuteikia pasitenkinimo. Ši knyga yra tų paieškų rezultatas. Jos rašymas buvo bandymas sau pačiam įsispirti į užpakalį, dalis nuolatinių pastangų rašant kurti geresnį gyvenimą. „Knyga turi būti tarsi kirvis mūsų viduje užšalusiai jūrai“, – rašė Kafka. Ji turėtų mus prikelti iš miego ir stuksenti į galvą. Šios knygos rašymas padėjo man siekti šio tikslo.

Taip pat tikiuosi, kad ją parašiau ir jums. Kai kalbama apie rašytojų darbą, mėgstu pritaikyti šį D. T. Nailzo (D. T. Niles) pastebėjimą: mes esame lyg prašalaičiai, besistengiantys parodyti kitiems, kad radome duonos. Perskaitę vos kelis šios knygos puslapius išvysite, kad čia cituoju daug už mane išmintingesnių žmonių. Noriu pasakyti – tikrai *daug* žmonių. To nesigailiu. Rašant šią knygą man ne kartą kilo mintis, kad galbūt iš tikrųjų nėra nesu rašytojas. Greičiau esu mokytojas arba tarpininkas. Renku kitų žmonių žinias ir perduodu kitiems.

Galiausiai šią knygą parašiau reaguodamas į dabartinį istorinį momentą. Šešis dešimtmečius trukęs savęs garbinimas buvo pagrindinis užsiėmimas mūsų kultūroje – savęs formavimas, investavimas į save, saviraiška. Kapitalizmas, meritokratija ir šiandienos socialiniai mokslai savanaudiškumą normalizavo; dėl to ėmė atrodyti, kad vieninteliai tikrieji žmonių motyvai tik tie, kuriais siekiama naudoti sau – pinigai, statusas ir galios troškimas. Tyliai skleidžiama mintis, kad dovanojimas, rūpestis ir meilė tėra mūsų visuomenės glajus.

Kai visa visuomenė dėmesį skiria tik rūpinimuisi savimi, jos nariai atsiskiria vieni nuo kitų, susiskaldo ir susvetimėja. Būtent tai nutiko ir mums. Atsidūrėme slėnyje. Puvėsiai, kuriuos regime politikoje, atsirado ėmus pūti mūsų moralės ir kultūros pagrindui (tai, kaip mes suprantame vieni kitus, kaip matome save atskirus nuo kitų, tai, kaip individualistinės vertybės tapo vandeniui, kuriame plaukiojame).

Mūsų visuomenė susimokė prieš džiaugsmą. Ji pernelyg sureikšmino individualiąją mūsų sąmonės dalį – individualų protą – ir pernelyg sumenkino vienijančiąsias sąmonės dalis – širdį ir sielą. Regėjome pribloškiantį psichinių ligų, savižudybių ir nepasitikėjimo šuolį. Ėmėme pernelyg sąmoningai vertinti, kada derėtų būti jausmingesniems; būname per daug praktiški, kai turėtume žvelgti iš moralinės pusės; tapome per dideli individualistai, kai derėtų būti bendruomeniškesniems.

Todėl ir kaip žmonės, ir kaip visuomenė privalome rasti savo antrąjį kalną. Tai nereikia atmesti tuos dalykus, kuriuos pasiekėme pirmajame kalne – puikų darbą, gražius namus, patogaus gyvenimo teikiamus malonumus. Mums visiems reikia kasdien pakurstyti savo savigarbą. Tačiau norint rasti savo antrąjį kalną reikia kultūros pokyčio – vertybių ir filosofijos pokyčio, iš naujo susitarti dėl galios struktūros mūsų

visuomenėje. Šio ieškojimo esmė – pereiti nuo vienos mąstysenos prie kitos. Surasti etosą, kurio pagrindas – įsipareigojimas.

Gera žinia ta, kad tai, ką savo bendruomenei duodame pensais, mūsų bendruomenės gražina doleriais. Jei per pastaruosius penkerius metus ką ir sužinojau, tai žinia, kad pasaulis yra gerokai labiau kerintis, keistesnis, paslaptingesnis ir susaistytas daugiau saitų, nei įsivaizdavome stovėdami ant pirmojo kalno.

Dažniausiai kartelę išsikeliame per žemai. Vaikštome avėdami per mažus batus. Leidžiame dienas siekdami menko pripažinimo ar kokios nors nedidelės pergalės darbe. Tačiau egzistuoja džiaugsmingas gyvenimo būdas, kuris ne šiek tiek geresnis už dabartinę gyvenseną; jis daug geresnis. Lyg varžytumėmės norėdami šiek tiek priartėti prie lempos. Jei atsikelsime ir gyvensime kitokį gyvenimą, galėsime maudyti tikruose saulės spinduliuose.

Kai sutinku žmonių, kurie gyvena turėdami prasmingų įsipareigojimų, mane pribloškia šis faktas: džiaugsmas yra tikras.

DŽIAUGSMAS

Prieš pradėdamas pasakoti apie kelionę per abu kalnus, noriu trumpam stabtelėti prie paskutinio teiginio, kad džiaugsmas yra tikras. Mūsų viešojoje diskusijoje gero gyvenimo apibrėžimas neiškus. Gyvename, kaip nurodyta mūsų steigiamajame dokumente* (Turima galvoje 1776 m. liepos 4 d. pasirašyta JAV Nepriklausomybės deklaracija (čia ir toliau žvaigždute pažymėtos vertėjos pastabos)), siekdami laimės.

Visos laimės formos mums leidžia jaustis gerai, džiugios nuotaikos, pakylėtiems. Tačiau žodis „laimė“ gali reikšti daug skirtingų dalykų. Todėl svarbu atskirti laimę nuo džiaugsmo.

Koks gi tas skirtumas? Dalis laimės yra pergalė dėl savęs, savojo aš tobulinimas. Laimė ateina judant link savų tikslų, kai viskas klostosi taip, kaip norime. Sulaukiate reikšmingo paaukštinimo. Baigiate universitetą. Jūsų komanda laimi Didžiąją taurę. Pasimėgaujate gardžiu patiekalu. Laimė visada susijusi su kokia nors sėkme, kokiu nors nauju gebėjimu arba stipresniu jausliniu malonumu.

Džiaugsmas labiau susijęs su savitranscendencija. Jis patiriamas, kai pranyksta jus ar kokį nors kitą žmogų arba būtybę skiriantis barjeras ir kai pasijuntate susilieję į vieną. Džiaugsmas jaučiamas, kai motina ir kūdikis žvelgia vienas kitam į akis, kai žygeivį pribloškia miškų grožis ir kai jis pajunta vienovę su gamta, kai būrelis džiaugsmo apimtų bičiulių drauge šoka. Džiaugsmas dažnai susijęs su savimarša. Laimė – tai siekis įkopti į pirmąjį kalną. Džiaugsmas yra šalutinis gyvenimo ant antrojo kalno rezultatas.

Galime padėti kurti laimę, tačiau džiaugsmas užpildo mus. Laimė mus pamalonina, o džiaugsmas transformuoja. Jaučiant džiaugsmą dažnai atrodo, lyg būtume žvilgtelėję į gilesnį ir tikresnį realybės sluoksnį. Narcizas gali būti laimingas, bet jis niekada nebus džiaugsmingas, nes negalės užmiršti savęs. Narcizas nė negali suvokti džiaugsmo. Tai viena problemų, su kuriomis susiduriama įstrigus ant pirmojo kalno: nė negali įžiūrėti, ką siūlo antrasis kalnas.

Mano pagrindinė mintis ta, kad laimė yra gerai, tačiau džiaugsmas dar geriau. Kaip antrasis kalnas yra visavertiškesnis ir prasmingesnis gyvenimo etapas po pirmojo kalno, taip džiaugsmas yra visavertiškesnė ir prasmingesnė būseną po laimės. Be to, jei laimė dažniau permaininga ir trumpalaikė, tai džiaugsmas gali būti pamatinis ir ilgalaikis. Kuo geriau ir ilgiau gyvensite įsipareigojęs, tuo labiau džiaugsmas taps pastovia būseną, mąstysena, kurią nešiositės su savimi ir nušviesite kitus. Tapsite džiaugsmingu žmogumi. Tad šioje knygoje, kaip ir gyvenime, džiaugsmas yra mūsų kelrodė žvaigždė, navigacijos taškas. Jeigu suksime link džiaugsmo, atsidursime tinkamoje vietoje.

DŽIAUGSMO LYGMENYS

Prieš kelerius metus pradėjau kolekcionuoti džiaugsmą. Arba, tiksliau, pradėjau kolekcionuoti pasakojimus apie džiaugsmą. Rinkau žmonių aprašymus apie tai, ką jie jautė, kai atrodė, kad pasiekė aukščiausių savo gyvenimo tašką, kaip jie jautėsi tomis akimirkomis, kai gyvenimas buvo visavertiškiausias, prasmingiausias ir išbaigiausias.

Dabar užmėsdamas akį į savo rinkinį suvoki, kad džiaugsmo lygmenys būna skirtingi. Pirmas, esti fizinis džiaugsmas. Tai akimirkos, kai užsiimi kokia nors fizine veikla, dažnai ritmingai su kitais žmonėmis, kai patiri srauto būseną. Viename „Anos Kareninos“ epizode Levinas šienauja kartu su kitais žmonėmis, dirbančiais ūkyje. Iš pradžių Levinas nerangiai dirbuojasi pjautuvu, bet vėliau išmoka ir pjauna sklandžiai, tiesiomis eilėmis: „Juo ilgiau Levinas pjovė, juo ilgiau jautė tas užsimiršimo valandėles, kai jau ne rankos mojavė dalgiu, o pats dalgis paskui save traukė viską jaučiantį, pilną gyvybės kūną, ir pats darbas lyg kokiais burtais buvo atliekamas taisyklingai ir tiksliai darėsi, apie jį visiškai nė negalvojant. Tai buvo pačios laimingiausios valandėlės.“³

Srauto būseną ypač nuostabi tada, kai ji būna kolektyvinė – tai kažkas, ką patiriate dirbdamas su savo komanda arba būriu. Man anksčiau istoriją dėstęs Viljamas Maknilas (William McNeill) šią būseną patyrė 1941 m. pašauktas į armiją. Mokymų stovykloje jį išmokė žygiuoti kartu su kitais būrio vyrais. Žygiuojant jį apėmė keisti jausmai: „Žodžiais neįmanoma apibūdinti jausmo, kurį per treniruotes sužadino ilgai trunkąs judėjimas kartu. Pamenu visa persmelkiančią gerą savijautą; savotišką išsipūtimą, virsmą didesniu už gyvenimą, patiriamą dalyvaujant kolektyviniame rituale.“⁴

Kitas džiaugsmo lygmuo – kolektyvinis susijaudinimas, šventiškas šokis. Pažvelgus į praeitį matyti, kad kone visose kultūrose švenčiami džiaugsmingi epizodai, kuriuos pagyvina ritmingi šokiai. Rašau ryte po vieno mano draugo, žydo ortodokso, vestuvių iškilnių. Po sutuoktinių ceremonijos mes, vyrai, griežiant greitai muzikai šokome aplink jaunikį. Šokome susispaudę, jį apsupę ratu, o jis pačiame sūkurio centre nesivaržydamas šokčiojo aukštyn žemyn. Kas kelias minutes jis pakviesdavo vis kitą žmogų – savo senelį, draugą, net mane – ateiti į įkaitusio rato vidurį ir džiaugsmingai kartu su juo pašokinėti, pamosikuoti rankomis ir pasikvatoti.

Kartą rašytoja Zadi Smit (Zadie Smith) aprašė apsilankymą viename Londono naktiniame klube 1999 m. Ji vaikštinėjo ieškodama savo draugų ir svarstydamą, kur atsidūrė jos rankinė, kai staiga pasigirdo grupės „A Tribe Called Quest“ daina. Ji rašė, kad tą akimirką...

...liesas kaip strypas vyras didžiulėmis akimis per kūnų jūrą ištiesė savo ranką, siekdamas manosios. Jis manęs vis klausė to paties: „Ar jauti tai?“ Jaučiau. Mano absurdiški batų kulniukai žudė mane. Baiminausi, kad galiu mirti, vis tik tuo pačiu metu jaučiau užplūdusį džiaugsmą, jog daina *Can I Kick It?* skambėjo būtent šiuo pasaulio istorijos momentu, o dabar ją pakeitė *Smells Like Teen Spirit*. Paėmiau to vyro ranką. Mano mintys nuskriejo. Mudu šokome ir šokome. Atsidavėme džiaugsmui.⁵

Apėmus tokiam džiaugsmui, kaip ir bet kokiam kitam džiaugsmui, nukrenta savimonės narvas ir žmonės susilieja su esančiais šalia jų. Toks džiaugsmas patiriamas vien čia ir dabar; akimirka įtraukia žmones ir jie joje jaučiasi visiškai gyvi.

Trečias džiaugsmo lygmuo yra tai, ką galima pavadinti emociu džiaugsmu. Tai staigus meilės proveržis, kurį galima išvysti, pavyzdžiui, motinos veide, kai ji pirmą kartą pažvelgia į savo kūdikį. Šį jausmą nuostabiai apibūdino Doroti Dei (Dorothy Day): „Jeigu būčiau parašiusi pačią geriausią knygą, sukūrusi pačią geriausią simfoniją, nutapiusi patį gražiausią paveikslą arba išdrožusi pačią dailiausią figūrą, nebūčiau pasijutusi iškilesne kūrėja, nei pasijutau paėmusi į rankas savo vaiką. <...> Nė viena žmogiška būtybė negalėtų gauti arba sulaikyti tokio didžiulio meilės ir džiaugsmo proveržio, kokį pajutau gimus mano vaikui. O kartu kilo poreikis šlovinti, garbinti.“⁶

Šitoks džiaugsmas yra intymus ir galingas. Dažnai, dabar jau daugiau nei dešimtmetį, kalbu apie metą, kai vieną vasaros vakarą grįžau iš darbo namo, įsukau į keliuką šalia namo ir išvydau galiniame kieme su plastikiniu kamuoliu žaidžiančius savo tris vaikus, tada dvylikos, devynerių ir ketverių. Jie spardė kamuolį į orą ir lenktyniavo pievelėje, kuris pirmas jį pagaus. Jie kikenė, vertėsi kūliais vienas per kitą ir beprotiškai linksmi leido laiką. Aš sėdėjau ten mašinoje, pro priekinį langą žvelgdama į šį šeimos laimės vaizdelį. Pro medžius žėrėjo vasaros saulė. Kažkodėl mano pievelė atrodė tobula. Pajutau savotišką šviesų džiaugsmą ir visa nustelbiantį dėkingumą, kuris, rodėsi, sustabdė laiką ir kurio prisipildė mano širdis. Esu tikras – visi tėvai yra patyrę ką nors panašaus.

Emocinį džiaugsmą dažnai galima patirti prasidėjus romantiškiems santykiams. Neseniai įsimylėję žmonės švytėte švyti, žvelgdami vienas į kitą per iškylos patiesalą. Arba jį galima pajusti vėliau. Senoms poroms gali atrodyti, kad jie yra reikšmingesni drauge nei vieni. Pasitaiko išgirsti laimingą santuoką sukūrusius žmones kalbant: kai myliuosi su ja, aš išnykstu.

Rašytojas Deividas Vaitas (David Whyte) pastebi esminį dalyką.

Džiaugsmas, – rašo jis, – tai vieta, kur susikerta prasmingas išankstinis apgalvojimas ir savęs užmiršimas, kūniška alchemija to, kas mumyse slypi kartu su tuo, kas formaliai

atrodė esantis išorėje, bet dabar nebėra nei ten, nei ten, tačiau virsta gyva riba, balsu, kalbančiu tarp mūsų ir pasaulio: šokis, juokas, šilti jausmai, oda, besiliečianti prie odos, dainavimas automobilyje, muzika virtuvėje, romus, nepakeičiamas ir draugiškas dukters buvimas: grynas svaiginantis grožis pasaulio, gyvenamo kaip riba tarp to, ką anksčiau laikėme savimi, ir to, ką manėme esant kitus.⁷

Ketvirtas džiaugsmo lygmuo yra dvasinis džiaugsmas. Kartais džiaugsmas kyla ne per judėjimą ar meilę, o iš netikėto kontakto su kuo nors, kas atrodo neturįs ribų, gyna dvasia. Rašytojas Džeris Rutas (Jerry Root), cituodamas K. S. Luisą, tvirtina džiaugsmą pasireiškiant jausmu, kad visa tikrovė yra ikonoklastinė – kad pasaulis apžavėtas mistinės jėgos.

Vieną dieną, gyvendamas Prahoje, poetas Kristianas Vimanas (Christian Wiman) dirbo savo virtuvėje, kai per tris pėdas nuo jo ant palangės nusileido sakalas. Paukštis nužvelgė žemiau esančius medžius ir pastatą kitapus gatvės, tačiau vis dar neatsigręžė į Vimaną. Šis buvo apstulbęs. Jis pašaukė savo merginą, kuri maudėsi vonioje. Varvant vandeniui ji atėjo ir, atsistojusi šalia jo, įsispoksojo į sakalą. „Sugalvok norą“, – sušnabždėjo ji. Tada sakalas pasuko galvą ir pažvelgė Vimanui į akis. Poetas pajuto, kaip jam iš po kojų išslydo žemė. Vėliau jis tą akimirką įamžino eilėraštyje, kuriame buvo ir šis stulpelis:

*Ilgą laiką vis dar esu,
Troškau, troškau ir troškau,
Kad akimirka nesibaigtų,
O jis staiga ėmė ir pranyko.⁸*

Ištinkant tokiam dvasiniam džiaugsmui, dažnai pajuntama mistinė harmonija. Tolstojaus motina mirė, kai jis dar buvo mažas berniukas; prieš laidotuves jis atsidūrė vienas kambaryje, kuriame stovėjo atviras jos karstas. Jis užsilipo ant kėdės, norėdamas pažvelgti į ją, ir patyrė keistą ramybę. „Aš žiūrėjau ir jaučiau, kad kažkokia nesuprantama, neįveikiama jėga traukia mano žvilgsnį prie šito veido be gyvybės, – vėliau rašė jis. – <...> kurį laiką netekau savo esimo nuovokos ir jaučiau kažkokį iškilų, neišaiškinamai malonų ir liūdną pasitenkinimą.“⁹ Tada į kambarį įžengė vyras ir Tolstojui toptelėjo, kad šis vyras gali jį palaikyti bejausmiu, jei jo veide atsispindės laiminga mina, tad, atsižvelgdamas į socialines normas, suvaidino pratrūkęs ašaroti. „<...> dėl to [dėl egoistinio jausmo – vert. past.] mano liūdesys buvo nenuoširdus ir nenatūralus.“¹⁰

Šią pat akimirką kopiuojame į vis aukštesnes džiaugsmo aukštumas. Penktasis džiaugsmo lygmuo yra transcendentinis džiaugsmas, jaučiamas kartu su gamta, visata ar Dievu. Beldenas Leinas (Belden Lane) knygoje „Turistinis žygis su šventaisiais“ (*Backpacking with the Saints*) kelionės patirtį aprašo tokiais žodžiais:

Kai tik pasineriu į tyrlaukius, mano kūnas ir aplinka tai įeina vienas į kitą, tai išeina intymia kaitos seka. Brendu per vandenį ir kvepiu sausmedžių prisodrintą orą. Įsiveliu į voratinklius ir mane subado spygliuočiai. Praryju uodus, kuriuos privilioja mano kūno prakaitas, ir per batus jaučiu kelyje užmintus akmenis. Neaišku, kur „baigiuosi“ aš ir kur „prasideda“ visa kita. Tai, kas, rodos, esu „aš“, nesibaigia ties mano odos nustatyta riba.¹¹

Tokios transcendentinės akimirkos gali trukti tik kelias minutes, tačiau gali ir pakeisti visą gyvenimą. Žmonėms atrodo, kad regi paslėptą aplinkos tikrovę, o po to nebegali grįžti atgal ir ramiai stebėti blyškių šešėlių, šokančių ant olos sienos. Ralfas Voldas Emersonas (Ralph Waldo Emerson) iš tokių transcendentinių akimirkų sukūrė filosofiją. Jis rašė: „Stovint ant plikos žemės džiugaus oro ištrinkta ir į beribę erdvę iškelta galva išnyksta visas piktas egotizmas. Tampu permatomu akies obuoliu; esu niekas; regiu viską; pro mane srovėna Universalaus Sutvėrimo srovės.“

Toks džiaugsmas yra nuostabus, jei ne kankinantis, sužadinantis skausmingą ilgesį. Jis prasideda patyrus kažką amžiną, o tada šį džiaugsmą sudaro to patyrio ilgesys. Šis džiaugsmas, kaip jį apibūdina K. S. Luisas, nėra troškimo patenkinimas, bet patsai troškimas. Šv. Augustinas jautė Dievo meilę kaip nuostabų ir aistringą alkį: „Pakviete, sušukai ir suskaldei mano kurtybę, suspindėjai, sublyksėjai ir nuvijai mano aklybę, paskleidei savo kvapą, aš įkvėpiau ir ilgiuosi tavęs, paragavau ir alkstu ir trokštu, tu paliete mane, ir aš užsidegiau tavo ramybės troškimu.“¹²

Kiti žmonės, nors ir ne akivaizdžiai religingi, taip pat patiria akimirkų, kai atrodo, kad juos nušviečia meilė. Džulesui Evansui (Jules Evans) buvo dvidešimt ketveri, kai slidinėdamas nuslydo nuo uolos, krito dešimt metrų žemyn ir susilaužė koją bei nugarą. „Ten gulėdamas pasijutau persmelktas meilės ir šviesos. Šešerius metus emocinės problemos man kėlė kančias, bijojau, kad mano ego buvo visiems laikams sugniuždytas. Tą akimirką žinojau, kad man viskas gerai, kad buvau mylimas, kad manyje buvo šis tas, ko nebuvo galima sužaloti, vadinkite tai siela ar savastimi, gryna sąmone ar kuo tik norite.“¹³

2016 m. organizacija „Gallup“ apklausė amerikiečius, ar jiems teko išgyventi mistinį patyrią, akimirką, kai peržengė savo įprastą savastį ir pasijuto susisaistę su kokia nors begalybe. 84 proc. respondentų atsakė tokį patyrią patyrę bent kartą, nors net 75 proc. teigė, kad egzistuoja socialinis tabu, draudžiantis viešai aptarinėti tokius išgyvenimus.

MORALINIS DŽIAUGSMAS

O dabar noriu pereiti prie aukščiausio džiaugsmo lygmens, kurį vadinu moraliniu džiaugsmu. Aukščiausia džiaugsmo forma jį iš dalies pavadinau todėl, kad tokio džiaugsmo negali paaiškinti net skeptikai. Jie gali tvirtinti, kad visų kitų rūšių laikinas džiaugsmas tėra keistos struktūros cheminiai junginiai smegenyse, kurie, taip jau nutiko, sukelia keistus jausmus. Tačiau moralinis džiaugsmas turi vieną papildomą savybę. Jis gali būti pastovus. Vieni žmonės gyvena džiaugsmingai diena po dienos. Jų kasdienė veikla suderinta su svarbiausiais įsipareigojimais. Jie atsidavę, vieningai ir iš

visos širdies. Jie dėkingi radę savo vietą ir tvirtai išreiškę savo nuomonę. Jie švyti vidine šviesa.

Regis, šia šviesa švyti popiežius Pranciškus, taip pat sakoma, kad ja švyti ir arkivyskupas Tutu bei Polas Farmeris (Paul Farmer). Ja švyti ir Harlemo vaikų zonos įkūrėjas Džofris Kanada (Geoffrey Canada), ir puikusias violončelininkas Jo Jo Ma (Yo-Yo Ma). Kartą per vienus pietus Vašingtone buvau pasodintas šalia Dalai Lamos. Prie stalo jis nepasakė nieko itin šviesaus ar gilaus, bet protarpiais pratrūkdavo kvatotis be jokios aiškios priežasties. Jis juokdavosi, o aš iš mandagumo juokiausi kartu su juo. Jis juokėsi. Aš juokiausi. Tiesiog jis yra džiaugsmingas žmogus. Entuziazmas yra jo ramybės būseną.

Toks moralinis džiaugsmas gali prasidėti kaip antplūdis, kurį socialiniai psichologai vadina moraliniu pakylėjimu. Pavyzdžiui, su socialiniu psichologu Džonatanu Haidtu (Jonathan Haidt) dirbantis tyrėjas apklausė moterį, kuri vieną žiemos rytą kartu su dar keliais žmonėmis iš savo bažnyčios savanoriavo Išganymo armijoje. Vienas iš savanorių pasiūlė daugelį jų parvežti namo. Tą rytą smarkiai snigo. Važiuodami pro gyvenamąjį rajoną, jie pastebėjo pagyvenusią moterį, stovinčią su kastuvu rankoje prie savo įvažiavimo. Privažiavus kitą sankryžą, vienas iš sėdėjusiųjų ant galinės sėdynės paprašė, kad jį ten išleistų. Jie išleido jį iš mašinos manydami, kad jis arti savo namų.

Tačiau, užuot nuėjęs į kurį nors netoliese stovintį namą, jis priėjo prie moters, paėmė kastuvą ir ėmė kasti sniegą nuo keliuko. Viena iš kartu važiavusių ir tai mačiusių moterų prisiminė: „Taip norėjau šokti iš mašinos ir apkabinti tą vyruką. Norėjau dainuoti ir bėgioti, arba šokinėti ir kvatotis, tiesiog būti aktyvi. Norėjau gražiai kalbėti apie žmones. Parašyti gražų eilėraštį ar meilės dainą. Žaisti sniege it vaikas. Visiems papasakoti apie šį poelgį. <...> Mano dvasia pakilo dar aukščiau, nei jau buvo pakilusi. Buvau džiugi, laiminga, besišypsanti, kupina energijos. Grįžau namo ir išsiliejau savo buto draugams, kurie visi susiėmė už širdies.“ Haidtas pastebi, kad paveikios moralinio pakylėjimo akimirkos, rodos, perkrauna mūsų psichiką, išvalo jausmus nuo cinizmo ir pakeičia jį viltimi, meile ir moraliniu įkvėpimu. Tokios pakylėjimo akimirkos suteikia jėgų. Žmonės pasijunta itin motyvuoti patys padaryti ką nors gero, veikti, rizikuoti, aukotis, padėti kitiems.

Dosnumą paversdami kasdiene rutina, žmonės iš naujo formuoja savo savastį. Kalbant apie asmenybę, pačią esybę, įdomu tai, kad ji yra daugiau ar mažiau ilgalaikė, panašiai kaip kojos kaulas. Savastį įmanoma pakeisti, kaip ir protą. Kiekvienas poelgis, kiekviena mintis keičia jus, net jei labai nežymiai, šiek tiek pakylėdama arba smukdydama. Jei padarote virtinę gerų darbų, nesavanaudiškumo įprotis palaipsniui įsirėžia į gyvenimą. Vėliau daryti gerus darbus vis lengviau. Jei meluojate arba su kuo nors elgiatės žiauriai, asmenybė degraduoja ir ateityje būna lengviau padaryti ką nors dar blogesnio. Kriminologai sako, kad žmonės, kurie įvykdo žmogžudystę, nepradedą nuo jos. Jiems reikia peržengti ne vieną durų slenkstį, kol gali atimti kito žmogaus

gyvybę.

Žmonės, nuolat spinduliuojantys džiaugsmu, yra atsidavę gyvenimui su prasmingais ir rūpestingais įsipareigojimais. Atsidavimas tapo jų prigimtimi, ir po truputį jie privertė savo sielą švytėti. Iš mūsų dvasios gelmių visuomet kas nors sklinda. Vienu žmonių atveju tai daugiausia baimė ir nesaugumo jausmas. O štai tų, kuriuos vadiname džiaugsmingais, atveju tai daugiausia dėkingumas, džiaugsmas ir gerumas.

Kaip susikurti asmenybę, kuri taip švytėtų? Galbūt manote, kad šviesi asmenybė atsiranda gyvenant lengvą gyvenimą – kupiną malonumų ir nuolatinio džiaugsmo. Tačiau į džiaugsmingus žmones pažvelgęs atidžiau pastebėsite, kad labai dažnai tie, kurie turi ryškiausiai švytinčias sielas, prisiima sunkiausią našta.

Rašytojas Bendžaminas Hardis (Benjamin Hardy) žurnale *Inc.* aprašė savo sprendimą iš vaikų namų pasiimti ir įsivaikinti tris vaikus. „Prieš prisiimdamas šią asmeninę našta, buvau lyg ir patenkintas. Nebuvo skubos. Nebuvo paskatos judėti į priekį, – rašė jis. – Lengvas gyvenimas nėra kelias į tobulėjimą ir laimę. Priešingai, kai gyvenimas lengvas, sustoji vietoje ir pasimeti.“ Įsivaikinti tuos vaikus reiškė geriau pažinti nusivylimą, nerimą ir nuovargį, bet taip pat ir pakylėjimą, meilumą ir ypač rūpestingą meilę. Laimę galima patirti vienam. Tačiau ilgalaikis džiaugsmas kyla iš ryšiais apraizgyto ir tvirtai šaknis įleidusio gyvenimo. Laimė patiriama patenkinus asmeninį troškimą. Ilgalaikis moralinis džiaugsmas kyla troškimą nukreipus į kitus.

Gregoris Boilis (Gregory Boyle) laiko pamaldas gaujų nariams Los Andžele ir skirtumą tarp gyvenimo sau ir gyvenimo kitiems įvardija taip: „Užuojautes, kada ji yra pati tikriausia, esmė – perėjimas iš sausakimšo savanaudiškumo pasaulio į erdvesnę draugiškumo vietą.“ Tai viena iš neišvengiamų gyvenimo tiesų: turi prarasti save, kad save rastum, atiduoti save kitiems, kad viską atgautum.

Galbūt manote, kad tokios džiaugsmingos tarnystės gyvenimas retas. Tačiau 2018 m. pavasarį Aspeno institute aš pradėjau socialinės struktūros projektą „Weave“. Jo tikslas – atkreipti dėmesį į eilinius žmones, kurie kuria bendruomenes ir taiso pašlijusius santykius. Kai ėmiausi šio projekto, mane beveik kasdien supdavo švytintys žmonės.

Hjustone gyvena Stefani Hruzek (Stephanie Hruzek), per savo užklasinę programą centre „FamilyPoint“ su vaikais sėdinti sukryžiuotomis kojomis ant grindų ir kartu džiaugsmingai kartojanti greitakalbes: *Dešimt kartų greičiau pasakykite „Šešios žąsys su šešiais žąsyčiais!“* Kolorade gyvena Keitė Garvin (Kate Garvin) – ją šūkčiodamas pasitinka somalietis pabėgėlis, kuriam moteris padeda prisitaikyti prie vietinės mokyklos sistemos. Taip pat yra Donas Flou (Don Flow), kuris turi automobilių parduotuvę Šiaurės Karolinoje ir spinduliuoja romiu pasitenkinimu, aprodydamas Vinstone-Seileme savo pastatytą bendruomenės centrą. Yra Harlanas Krou (Harlan Crow), nekilnojamojo turto vystytojas, kurio kiekviena akimirka, rodos, skirta tam, kad jį supantys žmonės jaustųsi kuo geriau.

Dar yra Makas Makarteris (Mack McCarter), kuris Šrivorte, Luizianoje, įkūrė

Tarptautinę bendruomenių atnaujinimo organizaciją (*Community Renewal International*). Jam daugiau kaip septyniasdešimt. Jis iš tų žmonių, kurie pirmą kartą įžengę į kavinę sužino visų vardus ir visiems pasako kokį nors juokelį ar papasakoja istoriją. Toje kavinėje lankydamasis trečiąkart, jis jau būna senas visų draugas. Apsilankius penktąkart, žmonės nori, kad jis vadovautų jų vestuvių ceremonijai. Žmonės tiesiog nori būti šalia šio vyruko, nes jis trykšta džiaugsmu.

Visų šių žmonių teiravausi, kas juos džiugina kasdienybėje. Jų atsakymas visada būna tos pačios temos variacijos – kokia nors akimirka, kai jie pradžiugino kitus. Helena Keler (Helen Keller) pastebėjo: „Džiaugsmą galima patirti užsimirštant. Taigi stengiuosi, kad šviesa kitų akyse taptų mano saule, muzika kitų ausyse – mano simfonija, šypsena kitų veiduose – mano laime.“

Jeilio universiteto profesorius Miroslavas Volfas (Miroslav Volf) džiaugsmo studijas pavertė savo specialybe. Jo išvada – džiaugsmas nėra atskiras jausmas. Greičiau tai puikiai nugyvento gyvenimo puošmena. „Džiaugsmas nėra vien išorinis gero gyvenimo elementas, mėtos lapelis ant torto papuošimo iš plaktos grietinėlės. Greičiau gero gyvenimo išraiška – džiaugsmas. Džiaugsmas yra gerai besiklojančio ir puikiai gyvenamo gyvenimo emocinis aspektas, teigiama emocinė reakcija į gerai besiklojantį ir puikiai gyvenamą gyvenimą“¹⁴, – teigia Volfas.

Laimė yra deramas tikslas žmonėms, kopiantiems į savo pirmąjį kalną. Ir laimė puiki. Tačiau gyvenimas tik vienas, tad geriau jį išnaudoti siekiant didesnio laimikio – galimybės mėgautis laime, bet ir pralenkti ją pakeliui link džiaugsmo.

Laimė dažniau būna individuali; ją vertiname klausdami: „Ar tu laimingas?“ Džiaugsmas labiau savitranscendentinis. Laimė yra kas nors, ko siekiame; džiaugsmas – tai kai kas, kas netikėtai šauna į viršų ir tave visą persmelkia. Laimė kyla iš pasiekimų; džiaugsmas – siūlant dovanas. Laimė išblėsta; priprantame prie dalykų, kurie anksčiau mums suteikdavo laimės. Džiaugsmas neišblėsta. Gyventi su džiaugsmu reiškia gyventi kupinam nuostabos, dėkingumo ir vilties. Žmonės ant savo antrojo kalno buvo transformuoti. Jie tvirtai įsipareigoję. Meilės srautas tapo stabilia jėga.

¹ Schwartz B., Sharpe K. *Practical Wisdom*. New York: Riverhead, 2010/2011, p. 10.

² Lewis C. S. *The Weight of Glory*. New York: HarperOne, 1976, p. 10.

³ Tolstoj L. *Anna Karenina*. New York: Penguin Classics, 2004, p. 253. [Čia vertė P. Povilaitis, cit. iš: Tolstoj L. *Ana Karenina*. Vilnius: Jotema, 2013, t. I, p. 271.]

⁴ McNeill W. *Keeping Together in Time*. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1995; cituota: Haidt J. *The Happiness Hypothesis*. New York: Basic, 2005, p. 237.

⁵ Smith Z. Joy. *The New York Times Review of Books*, 2013 01 10. Prieiga per internetą: <https://www.nybooks.com/articles/2013/01/10/joy>.

⁶ Roberts N. L. *Dorothy Day and the Catholic Worker*. Albany: SUNY Press, 1985, p. 26.

⁷ Whyte D. *Consolations*. Langley, WA: Many Rivers Press, 2015, p. 127.

⁸ Wiman C. *My Bright Abyss*. New York: Farrar, Strauss and Giroux, 2013, p. 44.

⁹ Vertė M. Miškinis, cit. iš: Tostojus L. *Vaikystė. Paauglio metai. Jaunystė*, Vilnius: Valstybinė grožinės literatūros leidykla, 1960, p. 117.

¹⁰ Ten pat, p. 118.

11 Lane B. C. *Backpacking with the Saints*. New York: Oxford University Press, 2014, p. 8.

12 Vertė V. Stalioraitytė, cit. iš: Aurelijus Augustinas. *Išpažinimai*. Vilnius: Aidai, dešimta knyga, XXVII, 38, p. 241.

13 Evans J. Dissolving the Ego. *Aeon*, 2017 06 26. Prieiga per internetą: <https://aeon.co/essays/religion-has-no-monopoly-on-transcendent-experience>.

14 Volf M. The Crown of the Good Life: A Hypothesis. Žr. čia: *Joy and Human Flourishing*. Red. Volf M., Crisp J. E. Minneapolis: Fortress Press, 2015, p. 135.