

*Każdego dnia, w różnych sytuacjach możemy kształtować swój stan ducha przez rozwijanie dyscypliny, siły woli, odporności.*

## Rozmyta męskość



JACEK PAŁKIEWICZ

Podróżnik, odkrywca, reporter

**J**ak świat światem zawsze obowiązywała prosta zasada: aby cokolwiek osiągnąć, potrzebne są charakter i siła. Kiedyś faceci napinali muskuły i podkreślali swój potencjał. Feminizacja życia odebrała im nie tylko spodnie, ale i poczucie pewności siebie. Nie wiedzą, co to znaczy być fighterem, a przecież podjęcie walki z wyzwaniem jest kwintesencją męskości, która rozmywa się wśród młodych, wychowanych w rzeczywistości wirtualnej, gdzie wszystko jest dostępne natychmiast i bez wysiłku. Dziś, w epoce demaskulinizacji, rzesza zniewieściałych indywiduów coraz częściej odwiedza salony kosmetyczne.

Niedawno napisał do mnie mejla Krzysztof, młody człowiek z Wrocławia: „Mistrzu, co mam zrobić? Martwię się o swoją reputację. Często stałem w obliczu trudności i niepowodzeń i zawsze żałowałem, że nie mam silniejszego charakteru, aby zmierzyć się z jakąś próbą ogniową. Ale wiadomo jak to jest: niektórzy się z czymś takim rodzą...”. Drogi Krzysztofie, nie uznaję takiej wymówki. Martw się bardziej o swój potencjał niż o reputację, ponieważ to on odzwierciedla, kim naprawdę jesteś, a reputacja to tylko to, co inni myślą o tobie.

Jak zatem zbudować mocniejszy stan ducha niezbędny do zwieńczenia zamysłu? Każdego dnia, w różnych sytuacjach możemy go kształtować przez rozwijanie dyscypliny, siły woli, odporności. Znam kogoś, kto do wczesnej pobudki używał trzech budzików, ale pokonał ociąganie się. Któregoś dnia, biorąc pod uwagę, jak ważny jest ten moment, postanowił, że musi wystarczyć tylko jeden, aby zdecydować się na wstawanie jednym susem.

Ten zegarek to pierwszy test dnia i może wpłynąć na cały jego przebieg. Zaczynaj, Krzysztofie, od krótkiej, prostej i skutecznej strategii. Nie pozwól, aby twoja natura przytrzymała cię pod kołdrą – wtedy nigdy nie wygrasz, bo ta pierwsza poranna decyzja odbije się boleśnie na wszystkich pozostałych. Jeśli potrafisz zrywać się zwa-

wo z łóżka i ćwiczyć charakter, z każdym dniem będziesz silniejszy.

W tej strategii nie sposób obejść się bez wytrwałości, której nie można zmierzyć tym, jak się jest silnym, szybkim czy elastycznym. To nie jest cecha właściwa tylko tym, którzy przebiegną maraton, podniosą 100-kilogramowy ciężar lub zdołają wygrać jakiś wyścig. Oczywiście, te sportowe wyniki można uznać za istotny wskaźnik wytrwałości, ale pozwalają one jedynie marginalnie zagłębić się w jej koncepcję. Zatem – trudno jest podać jej definicję. Jedną z formuł słowa „wytrwały” mówi, że to osoba obdarzona taką potencją, która jest w stanie zwalczać trudności wymagające siły fizycznej, duchowej i intelektualnej.

Ta zaleta jest ściśle powiązana ze stanowczością. Nic nie ma tak dużego wpływu jak coś, co jest wykonywane nieustępliwie, bo determinacja może doprowadzić ciało do granic jego możliwości. Tą nieustępliwością włada niewiele osób. Dla większości ludzi brak postępu, obawa, że nie są w stanie dokończyć dzieła, lub domniemanie czy iluzja, że dotarli już do mety, są przeszkodą niepozwalającą im znaleźć siły, aby stawić czoła wyzwaniom. Istotę rzeczy stanowi umiejętność wyciszenia narosłych wątpliwości i kontynuowanie za wszelką cenę swojej ścieżki, co można określić jednym słowem: stanowczość. Dla mnie to oczywista definicja „wytrwałości”, która nie kończy się na osiągnięciu jednego celu. Tę dobrą stronę powinno się wykazać nawet w obliczu pozornie błahych wyborów, które niesie ze sobą życie codzienne. Czy już muszę wstać czy może zostanie jeszcze trochę w łóżku? Woda czy napój słodzony? Potruchnąć w parku czy wyjść do kawiarni? Schody czy może winda? Obejrzeć film, a może pójść na siłownię? Większość ludzi nie przywiązuje do tych decyzji zbyt dużej wagi, a one z czasem dadzą o sobie znać. **n**