

Max Pradox

BRUTALNA PRAWDA

O POCZUCIU SENSU



**Dlaczego ciągle go szukasz,
choć życie i tak toczy się dalej**

BEZ ILUZJI • BEZ MOTYWACJI • BEZ LITOŚCI

INTRO.....	4
Rozdział 1 - Sens jako produkt luksusowy	13
Rozdział 2 - Wstyd zwyczajnego życia	22
Rozdział 3 - Sens pożyczony od innych.....	30
Rozdział 4 - Sens jako ucieczka od pustki	38
Rozdział 5 - Porównania jako fabryka bezsensu	46
Rozdział 6 - Kiedy sens staje się obowiązkiem	53
Rozdział 7 - Kryzys sensu w środku sukcesu	60
Rozdział 8 - Sens w wersji tymczasowej.....	67
Rozdział 9 - Sens a strach przed śmiercią	74
Rozdział 10 - Sens w relacjach, czyli iluzja zbawienia przez drugiego człowieka.....	81
Rozdział 11 - Sens jako autopromocja.....	88
Rozdział 12 - Sens jako forma kontroli.....	95
Rozdział 13 - Sens jako obowiązek moralny	102
Rozdział 14 - Sens jako projekt naprawczy	108
Rozdział 15 - Sens jako konkurencja	114
Rozdział 16 - Sens jako uzależnienie	120
Rozdział 17 - Sens a nuda, czyli największy wróg dramatyzmu	126
Rozdział 18 - Sens a tożsamość, czyli kim jesteś bez swojej historii	132
Rozdział 19 - Sens a pieniądze, czyli ile kosztuje znaczenie	138
Rozdział 20 - Sens a praca, czyli czy Twoje życie to CV...	144

Rozdział 21 - Sens a rodzicielstwo, czyli kiedy Twoje „ja” rozpuszcza się w „dla kogoś”	150
Rozdział 22 - Sens a duchowość, czyli czy potrzebujesz czegoś większego niż Ty	156
Rozdział 23 - Sens a wiek, czyli co jeśli już powinienesz wiedzieć.....	162
Rozdział 24 - Sens a zazdrość, czyli dlaczego cudze życie boli	168
Rozdział 25 - Sens a samotność, czyli co zostaje, gdy nikt nie patrzy	174
Rozdział 26 - Sens a kryzys wiary w siebie, czyli gdy przestajesz ufać własnym decyzjom.....	180
Rozdział 27 - Sens a zmiana, czyli dlaczego boisz się ruszyć, choć narzekasz.....	186
Rozdział 28 - Sens a zmęczenie, czyli gdy nie masz już siły udawać	191
Rozdział 29 - Sens a sukces, czyli co jeśli już osiągnąłeś to, co miało wystarczyć	197
Rozdział 30 - Sens a strach przed śmiercią, czyli ostatnie pytanie, którego unikasz.....	203
Rozdział 31 - Sens a porażka, czyli gdy historia nie chce się układać.....	209
Rozdział 32 - Sens a przypadek, czyli co jeśli nic nie było zaplanowane.....	214
Rozdział 33 - Sens a cisza, czyli kiedy przestajesz zadawać pytania	219
Rozdział 34 - Sens bez romantyzmu, czyli co zostaje, gdy opadnie narracja	224

Rozdział 35 - Brutalna prawda: sens nie jest obietnicą 230

INTRO

Wszyscy mówią o sensie.

Jakby to był produkt pierwszej potrzeby.

Jak chleb.

Jak prąd.

Jak Wi-Fi.

„Musisz znaleźć sens.”

„Bez sensu nie da się żyć.”

„Odnajdź swoje dlaczego.”

Brzmi jak reklama suplementu diety dla duszy.

Nikt nie mówi, że większość ludzi szuka sensu tak, jak przegląda Netflix.

Przewija.

Kliknie coś.

Wyłączy po 12 minutach.

Narzeką, że nie ma nic ciekawego.

Poczucie sensu stało się nową walutą prestiżu.

Kiedyś liczył się samochód.

Potem mieszkanie.

Teraz liczy się „świadome życie”.

- Mówisz, że żyjesz w zgodzie ze sobą, ale nadal boisz się opinii ludzi, których nie lubisz.
- Twierdzisz, że liczy się dla Ciebie rozwój, ale scrollujesz godzinę dziennie cudze sukcesy.
- Powtarzasz, że pieniądze nie są ważne, ale bez nich nagle wszystko traci sens.

To nie jest książka o tym, jak znaleźć sens.

To nie jest instrukcja obsługi życia.

To nie jest terapia grupowa dla ludzi, którzy odkryli, że ich korporacyjny open space nie pachnie przeznaczeniem.

To jest książka o tym, dlaczego w ogóle uwierzyłeś, że życie musi mieć sens w wersji premium.

Bo kiedyś wystarczało przetrwać.

Dziś masz mieć misję.

Kiedyś chodziło o to, żeby nie umrzeć z głodu.
Dziś masz „realizować potencjał”.

Potencjał to słowo, które brzmi jak obietnica.
W praktyce działa jak wyrzut sumienia.

Masz potencjał, a go nie wykorzystujesz.
Masz talent, ale marnujesz.
Masz możliwości, ale wybierasz wygodę.

I tak powstaje cicha panika.

Bo jeśli życie ma sens, to powinienes go czuć.
A jeśli go nie czujesz, to coś z Tobą jest nie tak.

- Myślisz, że brak sensu to kryzys egzystencjalny.
- To często zwykłe zmęczenie.
- Albo rozczarowanie tym, że świat nie gratuluje Ci za bycie poprawnym człowiekiem.

Niektórzy szukają sensu w pracy.
Niektórzy w dzieciach.

Niektórzy w sporcie.
Niektórzy w duchowości.

Niektórzy w cytatach na Instagramie.

„Żyj tak, jakby każdy dzień był ostatni.”

To zdanie brzmi pięknie.
Dopóki nie uświadomisz sobie, że gdyby każdy dzień był ostatni, nikt nie chodziłby do pracy, nie spłacał kredytu i nie robił przeglądu samochodu.

Poczucie sensu jest luksusem ludzi, którzy mają czas się nad nim zastanawiać.

Człowiek walczący o przetrwanie nie analizuje, czy jego życie jest spójne z wewnętrznym kompasem.

On chce przetrwać.

Ty chcesz znaczyć.

To subtelna różnica.
Ale bardzo droga.

Bo znaczenie trzeba sobie wyprodukować.

I tu zaczyna się przemysł sensu.

Książki.
Podcasty.
Szkozenia.
Mentorzy.
Guru.
Warsztaty z oddychania.

- Kupujesz kurs, który ma Cię przybliżyć do siebie, a kończysz z nową subskrypcją.
- Płacisz za warsztat autentyczności, na którym wszyscy mówią tym samym językiem.
- Szukasz głębi, ale dostajesz marketing w miękkim opakowaniu.

Nie chodzi o to, że sens nie istnieje.

Chodzi o to, że został sprzedany jak produkt sezonowy.

Wersja 1.0 była religijna.

Wersja 2.0 była narodowa.

Wersja 3.0 jest indywidualna.

Teraz to Ty masz być projektem.

Twoje życie ma być narracją.

Ma mieć łuk dramatyczny.

Ma mieć moment przełomu.

Masz mieć historię, którą opowiesz przy winie.

„Kiedyś byłem zagubiony, ale teraz wiem.”

Wiesz co?

Często nie wiesz.

Po prostu nauczyłeś się to lepiej opowiadać.

Poczucie sensu bywa efektem dobrze skonstruowanej narracji.

Jeśli potrafisz uzasadnić swoje wybory, zaczynają brzmieć jak plan.

Nawet jeśli były przypadkiem.

- Zmieniasz pracę, bo nie dawałeś rady, ale mówisz, że to świadoma decyzja rozwojowa.
- Rozstajesz się, bo bolało, ale opowiadasz, że to lekcja o granicach.
- Rezygnujesz, bo się boisz, ale nazywasz to intuicją.

Brzmi lepiej.

Sens nie musi być prawdziwy.
Wystarczy, że jest spójny.

Dlatego tak bardzo boli moment, kiedy narracja się rozpada.

Kiedy patrzysz na swoje życie i nie potrafisz złożyć z niego historii, którą chciałbyś komuś sprzedać.

Bo wtedy zostaje cisza.

A cisza nie ma sloganu.

- Myślisz, że wszyscy inni wiedzą, dokąd zmierzają.
- Większość tylko udaje, że ma mapę.
- Najlepsi improwizują z poważną miną.

Poczucie sensu jest często mechanizmem obronnym.

Jeśli coś ma sens, to znaczy, że cierpienie było potrzebne.
Jeśli coś było potrzebne, to nie było bezsensowne.

To bardzo wygodna konstrukcja.

Bo bezsens boli bardziej niż porażka.

Bez sensu nie ma nawet dramatu.
Jest tylko strata.

Dlatego tak rozpaczliwie próbujemy coś z niej zrobić.

„To mnie wzmocniło.”
„To mnie nauczyło.”
„To mnie ukształtowało.”

Może tak.
Może nie.

Może po prostu się wydarzyło.

Ale świat nie lubi pustych zdarzeń.
Woli morały.

Ta książka nie da Ci morału.

Nie powie Ci, że sens jest w drodze.
Nie powie, że wszystko dzieje się po coś.

Czasem dzieje się po nic.

I to jest najbardziej niewygodna myśl.

Bo jeśli nie wszystko ma sens, to Twoje życie też nie musi go mieć w wersji epickiej.

Może wystarczy wersja zwykła.

- Wstajesz.
- Robisz swoje.
- Czasem się śmiejesz.
- Czasem Cię to wszystko męczy.

I tyle.

Problem polega na tym, że „i tyle” nie sprzedaje się dobrze.

Nie wygląda dobrze na tle cudzych ambicji.

Nie daję Ci przewagi w rozmowie o celach.

Dlatego dokładamy warstwy znaczeń.

Projekt.

Pasja.

Misja.

Wpływ.

A potem budzimy się w środę i czujemy pustkę.

Nie dlatego, że jesteśmy zepsuci.

Tylko dlatego, że między tym, kim jesteśmy, a tym, kim mieliśmy być według własnej narracji, zrobiła się luka.

I ta luka boli.

Bardziej niż brak pieniędzy.

Bardziej niż brak uznania.

Bo to luka w tożsamości.

- Mówisz, że chcesz czegoś więcej.
- Ale boisz się, że nawet gdy to dostaniesz, dalej będzie Ci mało.
- Więc tkwisz w zawieszeniu i nazywasz to poszukiwaniem.

Poczucie sensu to czasem elegancka nazwa dla potrzeby kontroli.