



Agnieszka Pietruszka

# DEKALOG WARTOŚCI ZANZIBAR

Co naprawdę jest ważne w życiu?



DEKA  
LOG  
WARTOŚCI





Agnieszka Pietruszka

# **DEKALOG WARTOŚCI ZANZIBAR**

Co naprawdę jest ważne w życiu?



DEKA  
LOG  
WARTOŚCI

DEKALOG WARTOŚCI ZANZIBAR  
Co naprawdę jest ważne w życiu?

Wydanie I  
© Holly.ap  
Warszawa 2019

ISBN 978-83-954456-1-3

Wywiady, autor zdjęć: AGNIESZKA PIETRUSZKA  
Tłumaczenie: DANIEL MUNGA, SIMAY MTUMWA MTUMWA, MACHANO VUAI,  
ALI SALUM ALI, TRYPHON EVARIST  
Korekta zdjęć: ANDRZEJ SWIAT  
Korekta tekstów: MAGDALENA BOGDANIUK, MARIA BERNACIAK  
Projekt i skład książki: BARBARA WRZOS, [www.graphito.pl](http://www.graphito.pl)

Wydawca:  
Holly.ap  
[www.dekalogwartosci.com](http://www.dekalogwartosci.com)  
[www.declogueofvalues.com](http://www.declogueofvalues.com)

All right reserved. Wszelkie prawa zastrzeżone.

# SPIS TREŚCI

Wstęp od Autorki | 7

Co naprawdę jest ważne w życiu? | 11

Ally Abdallah Duchi – lekarz, fizjopatolog | 13

Mwanakheir Ahmed Abdul Rahim Mahmoud – lekarka | 23

Fatma Alloo – dziennikarka | 31

Mariam Mohammed Habdan – muzyk, dziennikarka | 41

Prof. Abdul Sheriff – historyk | 51

Kheri Ahmed Kombo – muzyk | 61

Mariam Olban Ally – nauczycielka | 69

Musini Shauri Hadhi – szaman, zielarz | 79

Musa Makame Musa – Sheha, przywódca wioski | 87

Bishara Ally Masoud – rzemieślniczka, tworzy patchworkowe poduszki | 95

Dzień i Noc Zanzibaru | 104

O Autorce | 16

Ziemia nie jest tylko dla ciebie.  
Jesteś i żyjesz wśród innych ludzi.

*Mariam Olban Ally*

# MARIAM OLBAN ALLY

nauczycielka

Urodziła się na Zanzibarze. Tu dorastała i wychowywała się. Nauczycielka języka angielskiego. Po rewolucji (1964 r.) z powodu braku nauczycieli, uczyła także innych przedmiotów w szkole podstawowej i średniej. Jest nieformalną liderką stowarzyszenia kobiet wspierających się duchowo i materialnie, działającego przy kościele anglikańskim w Stone Town. Pomaga także młodzieży, szczególnie chłopcom uzależnionym od alkoholu i innych używek. Jest matką i babcią, człowiekiem, który kocha życie.









## **Kim jestem?**

Mariam Olban Ally fizycznie stoi przed tobą, ale w znaczeniu duchowym, to jest „ktoś”, kto jest „tam” (śmiech). Urodziłam się z jakiegoś powodu. Tego jestem pewna. Z jakiego? Czas powie mi o tym.

## **Pracować, aby zmienić swoje życie**

Teraz życie poszło trochę do przodu, większość domów ma elektryczność, jest woda w większości domów, jest jedzenie, może nie do końca najlepsze, ale jest. Dzieci jedzą przynajmniej raz dziennie, w większości dwa razy. Ludzie pracują ciężko, aby coś mieć, coś osiągnąć. Przepraszam, że to powiem, ale młodzież o tym zapomina. Dlatego trzeba ich nieco popchnąć do przodu. Przypomnieć, że trzeba pracować, aby coś się w życiu zmieniło.

## **Szacunek. Wspólnota bycia ludźmi**

Spotkałam bardzo wielu ludzi w moim życiu z różnych kultur, różnych narodowości. Przyszło do mnie zrozumienie i świadomość bardzo głębokiej rzeczy, że niezależnie od naszych różnic zewnętrznych, wszyscy głęboko w naszym wnętrzu jesteśmy podobni do siebie, łączy nas to, że jesteśmy ludźmi. Mamy te same potrzeby, chcemy tak samo być szanowani i respektowani przez innych.

## **Wrażliwość na drugiego człowieka**

Na początku jesteś skupiony na sobie i jesteś dla siebie. Nie wiesz nawet, kiedy możesz dotknąć, sprawić przykrość drugiej osobie. Nawet kiedy to zrobiłeś, nie wiesz o tym, nie wiesz, jak rozmawiać, jak podążać za ludźmi, za rodzicami, za społecznościami, z którymi współpracujesz. To bardzo ważne, aby to wiedzieć. Powinieneś to wiedzieć. Z czasem się tego uczysz, bo otrzymujesz informacje zwrotne od tej osoby lub poprzez inną osobę.

## **Pomagać ludziom**

Szczęście przynosi poczucie spełnienia rozumiane nie tylko jako osobiste zaspokajanie potrzeb, ale także zaspokajanie potrzeb innych, grupy, sprawienie komuś przyjemności, przyniesienie pomocy. Nie możesz być szczęśliwym, będąc szczęśliwym tylko samemu. To tak nie działa. Kiedy pomagam ludziom, otrzymuję szczęście. Jestem szczęśliwa, kiedy wiem, że pomagam komuś i ta pomoc rzeczywiście przynosi efekty. To jest droga, która mnie tworzy. Nie wiem, czy zawsze będę mogła komuś pomóc, ale zawsze próbuję i zawsze wierzę, że mogę. W jakikolwiek sposób, ale wierzę, że jest to możliwe. Czasem podchodzi do mnie młody człowiek i prosi o pieniądze, bo nic nie jadł na śniadanie. Myślę sobie, że to niedobrze nie jeść śniadania i daję mu dwa tysiące szylingów (niecały dolar). To drobnostka, a jemu da coś, czego właśnie teraz potrzebuje. Mała rzecz, która sprawi mu radość w tym momencie.

– To znaczy, że powinniśmy dawać ludziom to, czego potrzebują? To nie jest konieczne, aby zawsze dawać to, czego potrzebują. Chodzi o to, aby czegoś ich nauczyć.

## **Ziemia nie jest tylko dla ciebie. Jesteś i żyjesz wśród innych ludzi**

Ziemia nie jest tylko dla ciebie, nie jest tylko dla nas samych. Zawsze żyjemy w pewnej społeczności. Jeśli żyjesz w społeczności, musisz zrozumieć, czego ona potrzebuje. Czego potrzebują ludzie w niej żyjący. Moja społeczność, to nasze wspólne potrzeby – moje i mojej społeczności – „my potrzebujemy”. Nie żyjemy sami. Nie jestem tylko „ja i moja rodzina”. Są inni wokół mnie. Są także inne społeczności, religie: muzułmanie, chrześcijanie, hindusi. To są moi sąsiedzi. Nie można żyć samemu w społeczności. To jest ważne, dlatego powinniśmy wzajemnie się rozumieć i poznać siebie. Po to, aby

móc żyć razem w pokoju. Nie chcę zmienić twojej wiary, a ty nie powinienesz chcieć zmieniać mojej wiary. Jeśli ja będę zachowywać się w normalny, ludzki sposób i ty będziesz zachowywać się w normalny, ludzki sposób, wtedy będziemy żyć razem w pokoju.

### **Jesteśmy tacy sami. Jedność. Podobieństwo**

W Afryce jest wiele języków, ale we wszystkich jest jedno podobne słowo „utu”, „untu”, „myu”. Wszystkie te słowa znaczą jedno: „człowiek”. Ponieważ wszyscy jesteśmy ludźmi, wszyscy mamy w sobie te same podobieństwa, te same potrzeby, te same rzeczy, które przynoszą nam radość, w taki sam sposób przebiega nasze życie. Jesteśmy wszyscy do siebie podobni w swojej ludzkiej naturze i podlegamy tym samym prawom natury.

### **Pielęgnować w sobie radość. Cieszyć się życiem**

Utrzymywanie w sobie radości, radość ducha, myślę, że to jest sekret do bycia szczęśliwym. To jest recepta. Cieszę się życiem. Życie jest zbyt krótkie, aby ciągle się złościć albo być nieszczęśliwym, nie uśmiechać się do ludzi, nie pozdrawiać ich, kiedy się mijamy. To daje przyjemność.

### **Życ pełnią życia, zaspokajać swoje potrzeby, wtedy jest się naprawdę gotowym pomóc innym**

Biorę życie całe takim, jakim jest i żyję pełnią życia. Podążam za swoim sercem, za młodością. Trzymam swoje młode serce przy sobie, pielęgnuję je w sobie (śmiech). Jeśli mam jakieś potrzeby, realizuję je. Jeśli mam ochotę iść na plażę, pójść do kościoła, pomodlić się, spotkać się z przyjaciółmi – robię to. Życie dla mnie to życie w pełni. W pełni odczuwanie tego, co robię. Robienie tego, czego potrzebuję w zależności od czasu i miejsca, w którym

się znajduję. Muszę czuć życie i chcieć czegoś. Nie tylko siedzieć i myśleć, złościć się na innych, narzekać. To co robię, to patrzę na siebie i szukam, co jest ważne dla mnie, czego potrzebuję – i chcę to osiągnąć. W ten sposób jestem gotowa na to, aby pomóc też innym. Bez zaspokojenia własnych potrzeb i uczuć nie będziemy gotowi na to, aby naprawdę pomóc innym.

### **Odpowiedzi na pytania należy szukać w sobie**

Każdy musi znaleźć sam odpowiedź na swoje pytania. Każdy musi znaleźć swoje rozwiązanie, swoją drogę. Kiedy jestem pytana o radę, mówię: „Usiądź, zastanów się, zapytaj siebie, co jest dla ciebie dobre. Nikt ci tego nie powie. Musisz znaleźć swoją odpowiedź w sobie samym, w swoim wnętrzu”.

### **Spędzać razem czas**

Teraz ludzie zamykają się w sobie. Życie staje się bardzo „prywatne” przez gadzety, posiadanie iPadów, iPhone'ów, laptopów. Życie staje się coraz bardziej i bardziej odosobnione od innych. Zamykamy się w sobie i swojej prywatności. Nie rozmawiamy ze sobą, nie dzielimy się. Oddalamy się od siebie, szczególnie dzieci i rodzice. Potrzebujemy czasu na bycie ze sobą fizycznie. Nie możesz żyć sam. Potrzebujesz różnorodności. Masz dzieci, masz rodzinę, przyjaciół, masz swoją społeczność. Kiedy masz kłopoty, kiedy masz jakieś potrzeby, potrzebujesz kogoś. Wtedy wiesz, że ktoś jest, że ktoś będzie przy tobie. Bycie samemu... nie można być ciągle samemu.

### **Umiar. Utrzymanie balansu w życiu**

W języku suahili mówimy „kijasi”, to znaczy „musisz utrzymać równowagę w jedzeniu, piciu, w mówieniu, we wszystkim”. Nie



możemy ciągle zanurzać się w jednym. Musimy zachowywać balans w życiu i umiar. Nie ma innej drogi.

**Chwila. Moment, w którym jesteś**

To, że cię spotkałam, to że teraz tu siedzimy razem i rozmawiamy – to jest ważne. Ostatecznie na koniec dnia ważne jest dla mnie to, co się wydarzyło i to, co dzieje się teraz. To daje mi szczęście.

*M.O.A.*



Kobiety z tradycyjną formą przyozdobienia twarzy. Oczekują na przemarsz parady rozpoczynającej zanzibarski, coroczny, międzynarodowy Festiwal Muzyczny Sauti za Busara.



Autorka podczas wywiadu z szamanem Musinim Shaurim Hadhim.

## O Autorce

Agnieszka Pietruszka. Z wykształcenia pedagog specjalny. Życie zawodowe związała z mediami, specjalizując się w marketingu i promocji. Po wyjściu z korporacji była producentem telewizyjnym oraz promotorem i managerem artystów. Jej życie zatrzymał wypadek, po którym powstał projekt DEKALOG WARTOŚCI. Mówi o nim, że jest projektem jej życia. Wyspecjalizowała się w wywiadach z ludźmi. Pisze, fotografuje, a przede wszystkim podróżuje po świecie, odkrywając ludzi, których warto pokazać światu.

Specjalne podziękowania od autorki za pomoc w przygotowaniu książki dla: Tausi Omar Mohamed-Tausi Entertainments and Talents, Farouque Abdella, Liliany Benard, Katii Velling, Luby L. Roshchy-na, Joanny i Piotra Frenkielów, Pawła Czarneckiego, Adriana Podgórnego, Ryszarda Starosty, Bogdana Wawrzyńczyka, Alicji Zimek, Krzysztofa Góralczyka, Krzysztofa Adama Wolskiego, Beaty Sabały-Zielińskiej, Katarzyny Alińskiej, Joanny Ufnal, Katarzyny Wojciechowskiej.

[www.dekalogwartosci.com](http://www.dekalogwartosci.com)  
[www.declogueofvalues.com](http://www.declogueofvalues.com)



Pierwsza książka w cyklu „DEKALOG WARTOŚCI”. Kolejne części w przygotowaniu. Wywiady z ludźmi z całego świata, cenionymi i szanowanymi przez swoje społeczności. Odpowiadają na pytanie: co jest ważne w życiu, jak odnaleźć siebie we współczesnym świecie.

ZANZIBAR. Lekarz – fizjopatolog, szaman, muzyk, sheha – zarządca wioski, profesor historii, dziennikarka, matka dziesięciorga dzieci – każdy Zanzibarczyk, przechodząc obok nich, wita się słowem „Shikamoo”. Jest to wyraz najwyższego szacunku. Czego możemy się od nich nauczyć? Co możemy odkryć o sobie i o świecie?

*Ally Abdallah Duchi, Zanzibarczyk (81 lat, lekarz)*

Nie spieszyć się przy dokonywaniu wyborów. Czas. Powtarzanie

„Aby dobrze dokonać wyboru, nie spiesz się, poczekaj, daj sobie czas. Wtedy wszystko przyjdzie do ciebie automatycznie. Jeśli będziesz się spieszyć, przyjdzie do ciebie odpowiedź – ale nieprawdziwa. Nawet ja musiałem chwilę się zastanowić, zanim odpowiedziałem. Zapytałem cię dwa razy, czy dobrze rozumiem pytanie. Nie rób niczego pośpiesznie. Lepiej żebyś znalazł błąd i powtórzył to raz jeszcze. Powtórzenie nie jest niczym złym. Powtórzenie oznacza własną korektę, oznacza bycie lepszym. To jest wartość w życiu.

– Co powiesz ludziom, którzy boją się dokonać wyboru? Co powinni zrobić?

Czekać. Poczekać, aż naprawdę zobaczą, czy się boją, czy nie. Nie spiesz się z odpowiedzią. Czekać. Wtedy będziesz wiedział”.



Realizuję ten projekt dla wszystkich, którzy są ciekawi ludzi i świata. Dla tych, którzy pytają, czym powinniśmy się w życiu kierować. Zapraszam do podróży w głąb wartości ludzi, kultur, społeczności i w podróż do samego siebie.

Agnieszka Pietruszka  
Autorka projektu