



# Poszukując żelaznej cechy

**Autor: Kacper Michałowski**

*źródło zdjęcia: pexels.com*

Opiekując się próbami na stopnie w moim hufcu i realizując własną dostrzegłem wśród wędrowników pewną tendencję - realizowanie zadania na stopień Harcerza Rzeczypospolitej zazwyczaj kojarzyło się zadaniami spektakularnymi. Natomiast w moim odczuciu stanowią one doskonałą, bo ostatnią kształtowaną przez kogoś z zewnątrz szansę do dopracowania charakteru oraz niezbędnej dyscypliny. Wielu wędrowników, pełniących przy okazji różne odpowiedzialne funkcje w drużynach, zaczyna snuć wizje na temat próby na stopień HO czy HR, dlatego że odczuwają w swoim życiu brak zorganizowania. Podejmując się wielu aktywności i mając szereg zainteresowań nie są w stanie znaleźć czasu na wszystko. Gdy już go znajdują - nie mogą zabrać się za realizację zadania. Prowadząc taką próbę w roli opiekuna możemy łatwo wpaść w pułapkę i z miejsca uwierzyć w brak organizacji kandydata i zalecić mu skrupulatne planowanie wszystkich aktywności w oparciu o coraz to wymyślniejsze planery czy kalendarze. Oczywiście po miesiącu lub kilku miesiącach takiej próby okazuje się nierzadko, że problem nie został nijak rozwiązany, a planowanie jakkolwiek poprawne nie wytrzymało kilku dni.

Nie wydaje mi się także odosobnionym doświadczeniem wśród osób chcących - mówiąc ogólnie - ogarnąć swoje życie, że korzystając z zaawansowanego planu tygodnia rozpisują godziną po godzinie każdą aktywności, nie oszczędzając sobie pobudek o godzinie 5.00, codziennych treningów, zimnych pryszniców i medytacji. Ostatecznie nic z tego się nie udaje, a pozostaje nam jedynie poczucie niezorganizowania.

Sądzę więc, że nierzadko trudno nam podjąć się diagnozy czy nawet użyć odpowiedniej definicji problemu, a jednak to słowa jakich użyjemy mają kluczowy wpływ. Młody wędrownik nie jest niezorganizowany, bo bardzo możliwe, że podjął się nieraz zadania organizacji zbiórki, gry czy biwaku. Jego problemem, na który harcerstwo musi odpowiedzieć, jest brak dyscypliny, szczególnie w świecie, dla którego to słowo jest raczej problematyczne i nie kojarzy się dobrze. Ale właśnie rolą harcerstwa powinno być naprawianie świata niezależnie od strony, w którą w danej chwili przyszło mu skrócić.

Dla przykładu wskażę kilka sposobów - choćby tylko po to, aby rozpocząć dyskusję - które w moim odczuciu pozwalają wśród wygod i ułatwień współczesności kształtować w sobie tę nieco zapomnianą już wartość. Sądzę, że sposoby te z powodzeniem można stosować w swoim życiu, zawierać w próbach na stopnie, a może nawet wprowadzać w drużynach harcerzy, wędrowników lub kadrach drużyn, hufców czy chorągwi.



## **Posprzątać swój pokój, a jak nie można, to chociaż pościelić łóżko**

Zdaje się, że boom na przytoczoną wyżej myśl Jordana Petersona nieco osłabł w ostatnich latach i jego bodaj najsłynniejsze hasło stało się odrobinę wyśmiewanym – nie należy się jednak tym przejmować w dobie Internetu, w którym cykl życia idei jest krótki, a jej bagatelizacja nieuchronna. Niemniej właśnie sprzątanie własnego pokoju w moim odczuciu stanowi niebywale wartościową, ale też banalną lekcję – z jednej strony tak bardzo konkretną, a z drugiej abstrakcyjną, głęboką i uniwersalną.

Chętnie przybliżę regułę Petersona tym, którzy nie mieli okazji się z nią zapoznać. Wcale nie dotyczy ona bezpośrednio kształtowania w sobie dyscypliny, jednak zasadza się na tym, że warunkiem kreowania pozytywnych zmian w dalszym otoczeniu jest dobre realizowanie swoich codziennych, przyziemnych obowiązków. I można to różnicować – drużynowy nie radzący sobie z drużyną nie powinien próbować zmieniać czegoś na polu chorągwi, człowiek nieradzący sobie w życiu nie powinien rządzić państwem, a sprzątając dom należy zacząć od swojego pokoju. Faktycznie, mamy w sobie chęć zmian politycznych, kulturalnych, fascynują nas postaci świata wielkiej polityki – każdy znajdzie swoje – ale realną zmianę świata należy rozpocząć od tego, co leży w zasięgu naszych obowiązków. Na płaszczyźnie silnie filozoficznej, Peterson w zasadzie głosi coraz dalsze zakreślanie kręgów swojego oddziaływania (chciałoby się powiedzieć: woli mocy, w końcu Peterson garściami czerpie z Nietzschego) – ten, kto osiągnie kontrolę nad swoim otoczeniem, będzie mógł ją skutecznie roztaczać dalej i dalej.

Odnosząc to do dyscypliny – uważam, że jest ona niezbędna w kreowaniu jakiegokolwiek rzeczywistości, niezależnie czy będzie to sprzątanie domu, czy prowadzenie drużyny. Tak samo nie zrealizujemy planu, w którym założyliśmy sobie napisanie pracy na studia, jeżeli siądziemy do biurka, przy którym nie można efektywnie pracować. Wiele można powiedzieć o sile nawyku, dlatego też sądzę, że najlepszym nawykiem jaki można w sobie wykształcić na początku budowania swojej wewnętrznej dyscypliny, będzie codzienne sprzątanie pokoju – na przykład zaraz po przebudzeniu. Dodatkowo ułatwi nam to rozbudzenie się na cały dzień. Inną propozycją będzie rozpoczęcie dnia od tylko jednej czynności – pościelenia swojego łóżka zaraz po przebudzeniu i to w sposób tak perfekcyjny, jak to tylko możliwe. Pewnie za pierwszym razem się nie uda, może za piątym pójdzie lepiej. Ciężko jednak wyobrazić sobie równie prosty nawyk, który pozwoli nam rozpocząć porządkowanie pokoju (faktycznego i metaforycznego) jak właśnie pościelenie łóżka. Co ciekawe jest to idea innego myśliciela, admirała McRavena, który zatytułował swoją książkę właśnie „Make your bed”, wskazując tytułową czynność jako pierwsze zwycięstwo, które odnosimy każdego dnia.



## Odkryć sporty siłowe

Część z nas może przerażać słowo kulturystyka, na skojarzenie z jej znanym i ekstremalnym wymiarem. Ale nie w takim znaczeniu chciałbym, żebyście ją rozumieli – a raczej jako ogół sportów siłowych. Uważam, że sporty te jak żadne inne kształtują w człowieku dyscyplinę, cierpliwość i pokorę. Po pierwsze dlatego, że przynoszą trwałe efekty, wymagając ogromu pracy włożonej w trening. A przecież są aspekty naszego życia, które wynagradzają nas, mimo że nie zrobiliśmy wiele – albo i na odwrót, efekty pracy nie pojawiają się wcale. Każdy drużynowy prowadzący akcję naborową zna uczucie rozczarowania po wielu dniach wytężonego zaangażowania, kiedy w sobotę przed szkołą oczekiwały na nas dwie osoby. W sportach siłowych otrzymujemy pewność, że ciężka praca jest warta tego, by móc być dumnym z osiągnięć. Kolejnym aspektem jest konieczność planowania – co być może, mówiąc nieco żartobliwie, łączy ją z harcerstwem – w końcu odpowiedni plan treningu to połowa sukcesu, a do jego realizacji potrzebna jest właśnie dyscyplina narzucona samemu sobie.

Oczywiście nadal pokutuje przekonanie o swego rodzaju prymitywności tego sportu, ale mogę uspokoić tych z nas, których odrzuca ów prymitywizm – w końcu sam Platon swoje imię zawdzięczał szerokości swoich pleców. Kogo natomiast przeraża lokalna siłownia, tego zachęcam do ćwiczeń z masą własnego ciała, co stanowi moim zdaniem przynajmniej równie wspaniały sport – street workout – gromadząc pokaźną rzeszę entuzjastów.

Na marginesie dodam, że w dobie wzrastającej otyłości, przykucia młodzieży do komputerów i kryzysu jakiegokolwiek ruchu ciężko mi sobie wyobrazić, żeby harcerstwo nie wracało do swoich korzeni w postaci towarzystw gimnastycznych i nie wywierało jeszcze większego nacisku na rozwój fizyczny.

## Zadbać o dietę, by lepiej działać

Słowo „dieta” podobnie jak „kulturystyka” nie kojarzy nam się pozytywnie – wielu przywodzi na myśl raczej dalekie od zdrowych praktyki żywieniowe wszelkiej maści celebrytów. Ale odrzucanie jakiegokolwiek kontroli nad spożywanymi posiłkami i zajadanie się czym popadnie, nawet jeżeli nie jest prostą drogą do otyłości (z której niewiele zaczęliśmy sobie robić, sądząc po tym jak powszechny dla nas stał się żart o hula hop), ale także do bardzo powszechnej przypadłości wśród Polaków, jaką jest insulinooporność. Polega ona na uniewrażliwieniu się komórek organizmu na insulinę, której nadmiar spowodowany był wysokokalorycznymi posiłkami o dużej zawartości cukrów prostych. A w dzisiejszym przemyśle spożywczym cukier w tej postaci jest dostarczany nam z każdym wręcz posiłkiem, przekąską czy słodkim napojem. Zawsze jednak w mniejszym lub większym stopniu wysoka podaż cukru wiązać się będzie z nagłym skokiem energii, a następnie jej spadkiem.

Sądzę więc, że odrzucenie czy ograniczenie słodczy, przetworzonych przekąsek niezależnie



czy tych ze sklepowych półek czy przybierających formę swojskich wypieków - powinno być co najmniej poważnie rozważane w myśl tego, że harcerz jest oszczędny i ofiarny, a chrześcijańska cnota zachęca nas do umiarkowania w jedzeniu i picciu. Co jednak istotne, po poprawie swojej diety wzrasta poziom koncentracji, a spada ogólne zmęczenie - tym samym dostarczając nam faktycznych narzędzi do realizowania zadań. W związku z tym nie jest to jedynie puste wyrzeczenie.

## Niech dyscyplina stanie się Twoim hobby

Nie sądzę, żeby zdyscyplinowanie wiązać się musiało z jakąś formą męczeństwa czy ascezy. Próba zrobienia czegoś, czego wcześniej nie byliśmy w stanie zrobić, jest jednak bardzo krótkowzroczna. Najważniejszym powinno być dla nas osiągnięcie celu - dlatego powinniśmy traktować to w kategoriach hobby. Każdy z nas doświadczył zapewne fascynacji określonym tematem - w dobie YouTube'a w jeden wolny dzień możemy osiągnąć przynajmniej podstawową wiedzę z wybranej przez siebie dziedziny. Z drugiej strony, gdy zaczniemy w dany temat wsiąkać, postaramy się, by móc go zgłębiać na każdej płaszczyźnie. I nie będziemy musieli uciekać od nieprzyjemnych obowiązków, jeżeli te obowiązki potraktujemy jako fascynujące nas hobby.

Szczególnie w czasie ogromu treści związanych z rozwojem osobistym nie musi być to zadanie trudne, chociaż zapewne obarczone koniecznością starannego dobierania treści. Ale regularna lektura polecanych pozycji czy doświadczenie satysfakcji, jaka potrafi płynąć z treningu, lub też praca w posprzątanym przestrzeni zdecydowanie ten proces może ułatwić.

Oczywiście należy uważać, aby nie dołączyć do grona osób, które o rozwoju osobistym wiedzą wszystko, i dla których stał się on swoistą ewangelią sukcesu - a w rzeczywistości nie ma rzeczywistego przełożenia na ich życie, stając się jedynie rozrywką.

## Słowo podsumowania

Jak widać moje propozycje nie stanowiły listy zamkniętej, ani nawet listy w ścisłym znaczeniu tego słowa. Niemniej uważam, że są to aspekty o ile nie niezbędne, to przynajmniej kluczowe. Oczywiście szereg propozycji można mnożyć dowolnie i dostosować do siebie - ja natomiast chciałem ukazać mój pogląd na ówczesne problemy coraz to kolejnych wędrowników przychodzących na posiedzenia kapituły HO i HR, którzy podskórnie czują, że brakuje im wewnętrznej siły do pełnego wykorzystania potencjału i realizowania wymarzonych celów.

Szczególnie stopień HR jako ukoronowanie harcerskiego wychowania moim zdaniem jest właśnie tą chwilą, w której wędrownik nabywa już pełnię narzędzi pozwalających mu nie tylko planować, ale też wskazujących mu sposób, w jaki należy kształtować charakter, by osiągnąć cele.



Kacper Michałowski

Od 2016 roku drużynowy 4 Gdańskiej Drużyny Harcerzy, od roku 2019 zastępca hufcowego w 3 Gdańskim Hufcu Harcerzy „Nil”. Poza ZHR student Uniwersytetu Gdańskiego.