

SC: Cześć, tu Sylwia z podcastu Anatomia Mocy.

Mój wzór na moc to suma intencji i konsekwentnego działania oraz czasu, systemów, narzędzi i regeneracji. Dzisiaj mam dla Ciebie coś zupełnie nowego. Chcę Ci opowiedzieć o świecie, w którym słowa mają kolory. Gdzie litera „a” może być soczystą barwą mięszu arbuza. Gdzie dźwięki mają fakturę. Mogą być miękkie jak zamsz albo chropowate jak beton. Moja dzisiejsza rozmówczyni to Patrycja Kosek, autorka debiutanckiej powieści „Asystent” i osoba z synestezją.

To znaczy, że jej mózg odbiera rzeczywistość inaczej niż większość z nas. Patrycja odbiera świat przez kilka zmysłów równocześnie. Ale to nie jest rozmowa tylko o ciekawostce neurologicznej. To rozmowa o tym, jak głęboko poznawać siebie, jak nadawać znaczenie swoim doświadczeniom i jak tworzyć autentycznie.

Świadomość to pierwszy krok do mocy. Dziś zobaczysz, jak to działa, gdy świadomość jest wielozmysłowa.

Dzień dobry, Patrycjo.

PK: Dzień dobry, witam serdecznie.

SC: Bardzo dziękuję za przyjęcie zaproszenia. Mam taką prośbę, żebyś może przybliżyła nam, czym w ogóle jest synestezja. I od razu też zapytam, jak Ty jej doświadczasz, żebyśmy mogli lepiej zrozumieć temat.

PK: Synestezja nazywana jest, jeśliby tak powiedzieć kolokwialnie, pomieszaniem zmysłów. Ale nie jest to choroba, ani nawet chyba nie jest to zaburzenie. Nie wiem dokładnie, jak to jest klasyfikowane. Natomiast jest to taka wyjątkowość funkcjonowania mózgu, kiedy ktoś odbiera kilkoma zmysłami coś, co normalnie odbiera jednym. Czyli na przykład, kiedy słyszymy muzykę, to część synestetów widzi też jakieś barwy. Albo trudno to nazwać widzeniem, bo u niektórych to jest bardzo fizyczne. U niektórych to jest bardziej odbieranie wrażeń kolorów albo nawet obrazów jakichś ruchomych. No i to się akurat nazywa chromestezja, ten rodzaj synestezji, czyli widzenie muzyki. Ale są bardzo różne rodzaje i ogólnie polega to na tym, że właśnie te zmysły współpracują ze sobą inaczej niż w przypadku przeciętnej osoby, która funkcjonuje, powiedzmy, neurotypowo.

SC: A u Ciebie? Jak to się objawia?

PK: U mnie to w zasadzie jest kilka typów, ale najsilniejszy typ synestezji, jaką mam, to jest ta grafem-kolor, tak się nazywa. To jest synestezja, która polega na tym, że widzi się liczby, litery, wszelkie znaki w zasadzie graficznie i w kolorach. Takie jakby wrażenia odbieram, więc kiedy słyszę, jak ktoś mówi różne słowa, to automatycznie one dla mnie mają kolory. Różnie to bywa, bo w zasadzie i litery mają swoje kolory, i słowa mają, ale nie zawsze. To się odbywa na tej samej zasadzie – mam w głowie cały system, że jak się słowo zaczyna na literę „d”, to zazwyczaj jest beżowe, bo litera „d” jest beżowa, ale też nie zawsze. Są pewne zasady, są pewne wyjątki i każdy to ma jakby ustalone indywidualnie od dziecka. U mnie właśnie cały alfabet ma przypisane swoje kolory, różne słowa mają przypisane swoje kolory, ale też w mojej głowie słowa mają kształty i faktury. Mogłabym powiedzieć także, że moja synestezja jest rozszerzona, powiedzmy, to nie jest tylko jeden typ synestezji, tylko kilka. Mam też trochę lekką chromestezję, czyli widzę muzykę jako obrazy, ale to jest delikatniejsze wrażenie niż w języku, którym mówię.

SC: Powiedziałaś, że to już jest od dziecka, to znaczy człowiek się już taki po prostu urodzi.

Jak u Ciebie to wyglądało, że zdałaś sobie sprawę, że jesteś wyjątkowa, bo nie wszyscy tak mają?

I kiedy zdałaś sobie sprawę: „o, to inni tego nie widzą”?

PK: Szczerze mówiąc, kompletnie sobie z tego nie zdawałam sprawy i dalej mi się to wydaje bardzo normalne. Pamiętam, bardzo późno się zorientowałam, że to się w ogóle tak nazywa, że to ma nazwę i że to jest coś, nazwijmy to, wyjątkowego.

Bo naprawdę ja tego nie widzę jako coś wyjątkowego, tylko bardziej może rzadkiego.

Pamiętam, że miałam chyba... na studiach byłam na pewno, miałam na pewno dwadzieścia parę lat, jak natrafiłam gdzieś na ten termin. Być może go wcześniej gdzieś widziałam, ale ja sobie zawsze wyobrażałam, że gdzieś pewnie się spotkałam z tym terminem, że to jest takie bardzo intensywne, że to właśnie przypomina chorobę, że to już właśnie takie utrudniające życie.

A później, jak zaczęłam o tym czytać, gdzieś przypadkiem natrafiłam jeszcze raz na ten temat i w ogóle tę definicję, i zaczęłam się wczytywać, na czym to polega, i właśnie, że najczęstszą formą to jest ten grafem-kolor, no to ja się nagle złapałam na tym, że przecież... ale jak, że to nie jest normalne, że nie każdy tak ma?

SC: Aha.

No i wtedy się zaczęło...

W dorosłości.

Byłaś dorosła, kiedy...

PK: Tak, tak.

To ja w ogóle pamiętam dokładnie, że tak strasznie mnie to w ogóle zainteresowało, że to nie jest powszechne, że zaczęłam wszystkich pytać: ale ty naprawdę nie masz koloru poniedziałku?

PK: Także długo to trwało, znaczy, no długo przeżyłam w ogóle w nieświadomości.

Myślę, że wielu synestetów nie wie, że jest synestetami, bo to jest tak po prostu normalne dla nas i kompletnie nawet czasami nie zwracam na to uwagi.

Dopiero jak zaczęłam takie testy robić, jak już się tym zainteresowałam i zorientowałam się, że chyba to mam, no i znalazłam jakieś testy online, bo jest taki doktor, który prowadzi takie stowarzyszenie międzynarodowe.

On sobie stworzył taki właśnie test bardzo długi online, który można przerobić, żeby sobie wstępnie właśnie potwierdzić tę synestezję.

No to dopiero wtedy, jak tam były te pytania o konkretne litery i jakieś takie słowa i tak dalej, to ja dopiero wtedy nad niektórymi się tak głębiej zastanowiłam, czy to jest kremowy, czy to jest biały, i dopiero wtedy tak naprawdę zaczęłam o tym myśleć świadomie, ale bardzo długo nie miałam świadomości.

Chociaż już za dzieciaka, no to ja dokładnie pamiętam, że się właśnie z siostrami na przykład kłóciłam o to, jaki kolor ma wtorek albo jakieś takie literki, że nie, no co ty mówisz, przecież ewidentnie jest beżowy albo zielony. I były takie epizody, ale my myślałyśmy, że to jest taka fantazja w sensie nasza.

SC: W Twoim przypadku metafora „malowanie słowami”, „malowanie muzyką” – to tylko dla osób, które nie mają takiej percepcji jak Ty, no to jest to metafora.

Natomiast dla Ciebie to jest stwierdzenie faktu, tak? Bo Ty jakby widzisz obrazami automatycznie i to może daje Ci jakąś przewagę, i jako pisarka wykorzystujesz to w czasie tworzenia?

PK: Na pewno wykorzystuję, bo też, tak jak mówię, to jest tak dla mnie naturalne, że chyba nawet nie umiałabym tego wykluczyć, jakoś nie umiałabym tego wyłączyć.

Chociaż pamiętam, że miałam takie próby, kiedy się starałam pisać zupełnie prosto, bo mi się taki styl bardzo podoba.

Taki właśnie bez takich może metafor i udziwnień, też lubię takich pisarzy, którzy piszą prosto, i nawet próbowałam, i to jest dla mnie na przykład trudne, więc może nie przewagę, ale nazwałabym to ułatwieniem, bo rzeczywiście to, nad czym ktoś inny pewnie myśli i zastanawia się dłużej, mi przychodzi może szybciej, może łatwiej.

To niekoniecznie są takie metafory, które pewnie każdemu odpowiadają, no bo to jest bardzo indywidualne, jak ja to widzę, ale rzeczywiście część takich porównań czy takich obrazowych jakichś wyobrażeń bardzo łatwo mi przychodzi i myślę, że po prostu mi się pisze szybciej dzięki temu takie rzeczy jak opisy i jakieś takie bardziej plastyczne rzeczy, bardziej plastyczne sceny.

SC: Napisałaś „Asystenta”. Dla tych, którzy jeszcze nie znają tej powieści, wspomnę króciutko, że to historia o Brunie, który po operacji mózgu cierpi na chroniczną bezsenność, odkrywa tajemniczy klub za zielonymi drzwiami – rozumiem, że ten kolor nie bez powodu – i spotyka fascynującą kobietę o imieniu M.

No, a potem rzeczywistość zaczyna się mieszać ze snem.

Recenzenci piszą o „Asystencie”, że to thriller psychologiczny z elementami science fiction i romansu.

Brzmi intrygująco.

Opowiedz w ogóle, skąd się wziął pomysł na tę historię.

PK: Ja, tak szczerze mówiąc, nie pamiętam dokładnie momentu, kiedy już miałam jakby całą historię w głowie.

Pamiętam, że miałam bardzo długo napisanych kilka scen i trochę ta historia miała inaczej zmierzać, bo tam miało być dwóch głównych bohaterów.

Ale jak sobie zaczęłam opisywać, bo jednym z głównych wątków jest tam taki bar Kolejka i bardzo chciałam go opisać.

No i po prostu chyba u mnie to tworzenie tak trochę idzie od zewnątrz, a nie od środka, że najpierw opisywałam różne sceny i wyobrażałam sobie pewne konkretne motywy, które w tej książce będą, a historia się tworzyła na bieżąco.

Ale jak już pamiętam, jak już wymyśliłam sobie, o czym to dokładnie będzie i jaki będzie ten główny kłopot Bruna, z którym się będzie zmagał, no to to było któreś nocy.

Próbowałam wejść w tę postać i stanęłam w miejscu, pamiętam, w pewnym momencie pisania tej historii, no bo właśnie nie wiedziałam, co dalej, i próbowałam się wczuć w tę postać, i tam parę zmian już zaszło, że właśnie zrezygnowałam z drugiej bohaterki, skupiłam się na tym Brunie, zaczęłam się tak wczuwać w tę jego historię, no i nagle któreś nocy mi przyszedł właśnie pomysł na to, co się z nim będzie dalej działo.

Pamiętam, jak już ta noc minęła, jak już, bo to jest takie uniesienie zawsze, jak już wiedziałam, co będzie, to już poszło z górki i wszystkie detale to już się tam zaczęły same łączyć.

No i wiadomo też trochę takiej pracy nad tym ustrukturyzowaniem powieści, bo ta powieść ma takie podwójne dno i to trzeba było dobrze przemyśleć.

Kiedy ten pomysł już był dopracowany w głowie, to jeszcze trzeba było to przenieść na papier.

PK: Ale tak, pamiętam, że w ogóle ja bardzo dużo wątków w „Asystencie” i przeróżnych tych kolei losu bohatera wymyślałam nocami.

No, też to były takie trochę nieprzespane do końca nocy, bo dziecko miałam małe, więc naturalną siłą rzeczy wyszło tak, że dużo rzeczy wymyślałam w nocy przed snem albo nie mogąc spać, albo nad ranem.

I rzeczywiście dlatego też chyba tam się ten motyw snu i bezsenności przewija trochę.

SC: Jedna z recenzentek „Asystenta” napisała, że masz bogaty, plastyczny styl i powiem Ci, że pamiętam, jak otworzyłam Twoją propozycję wydawniczą, nie wiedząc przecież absolutnie nic o Tobie, bo zawsze zaczynam od tekstu, i po pierwsze – koncept, tak zaskakujący koncept, którego nie spotkałam, zachęcił mnie, żeby czytać dalej, no ale język.

Naprawdę zdałam sobie sprawę – i też nie wiedząc jeszcze tego o Tobie, tak, że Ty postrzegasz świat troszkę inaczej niż ja na przykład – że ja, czytając Twój tekst, naprawdę widziałam kolory.

Tak to było opisane, że mimo nocy, mimo czasu akcji właśnie w bezsenności, to miałam takie sceny, momenty, że naprawdę miałam wizualizację automatyczną niemalże w głowie tych kolorów.

I to jest bardzo ciekawe.

W ogóle powiedz, dobierasz słowa po kolorach?

PK: Tak, tak, tak.

Trochę tak jest.

SC: Po fakturze na przykład?

Nie jest to takie świadome.

Ja bardzo lubię faktury, tak?

Uwielbiam faktury, bardzo zwracam na to uwagę, kiedy wybieram sobie jakiś element do mieszkania czy w ogóle jakieś ubranie, cokolwiek, zwracam uwagę na fakturę, jakie to jest w dotyku. Lubię, kiedy coś nie jest mono, nie lubię, kiedy wszystko jest monochromatyczne.

Uwielbiam jakieś właśnie przecięcia, logiczne asymetrie, żeby nie pomylić tego z bałaganem, ale bardzo lubię. I tak się właśnie zastanawiałam, czy Ty, tworząc, dobierałaś po kolorach, po fakturach? Jak to się stało?

PK: Trochę tak, tylko u mnie to chyba, jeżeli chodzi o pisanie, to chyba bardziej to są faktury i takie, nie wiem, jak to powiedzieć, ogólne wrażenie słów, bo tak sobie porównam, teraz podam może przykład.

Chciałabym powiedzieć, że to jest takie wszystko zaplanowane, ale nie do końca tak jest.

Ja po prostu, jak już napisałam zdanie i widzę, że ono mi właśnie na przykład... często tak jest, jak są takie – to się nazywa chyba aliteracja fachowo – jak się kilka słów zaczyna na tę samą sylabę na przykład, „poszedł potem posprzątać” coś tam, to ja już nie muszę jakby intelektualnie się nad tym zastanawiać, że tam jest ta aliteracja, i to nazwać i tak dalej, bo wiem to akurat tylko ze względu na moje wykształcenie, ale nie zastanawiam się nad tym intelektualnie, tylko ja widzę już od razu, że tam jest za dużo tych właśnie kolorów, że tam jest czarny, biały, czarny, biały.

I bardzo z automatu po prostu natychmiast to zmieniam albo nawet mi takie zdanie do głowy nie przyjdzie, więc to się dzieje bardzo, bardzo automatycznie.

Ale rzeczywiście jest tak, że ja na przykład, jeżeli chcę jakiś efekt osiągnąć i wiem, że tu zdanie ma wybrzmieć i ma być krótkie, to jakoś chyba rzeczywiście intuicyjnie te kolory dobieram, żeby ono miało dla mnie na przykład mocny kolor.

Podam taki przykład, nie mój, ale z wiersza, który bardzo lubię.

Jest taki wiersz „Powiedz krtani, że wkrótce” i tam są takie dwa wersy.

Pierwszy: „powiedz krtani, że wkrótce” i „powiedz powiece”.

Jak już nawet czytam to, to słyszeć, że to jest takie chrupiące i takie kanciaste.

I właśnie w mojej głowie to nie tylko, że jest chrupiące i kanciaste, ale jeszcze pierwsza linijka jest taka właśnie trochę czarno-biała, w każdym razie jasna, z takimi przetykanymi czarnymi elementami, a druga jest bardziej żółta i dla mnie ten wiersz jest kunsztowny, bo jest taki właśnie, tam jest specjalnie ten zabieg zastosowany.

No, ale w takim prozatorskim tekście to raczej nie chcemy takich monochromatycznych, nie wiem, jak to nazwać, właśnie kolorów.

Nie chcę, żeby to wszystko było ciągiem w tym samym kolorze, więc automatycznie to przetykam i rzeczywiście ja lubię taki język barwny i faktycznie tych słów jest może różnych.

Wiele w tym moim tekście. Ja na przykład lubuję się w takich dłuższych zdaniach, bo lubię, jak te słowa właśnie mają takie różne barwy i one są w jednym zdaniu ułożone, ale tak w miarę do siebie.

[Od red:]

Autor: Stanisław Barańczak

„Powiedz, że wkrótce”

Powiedz krtani, że wkrótce. I powiedz powiece,
tej kołdrze z piaskiem pod nią, księżniczce, nad ranem
drażnionej ziarnkiem grochu. (Bo późno: po trzeciej).

W... no, to słowo, też na wpół martwe... w „powiecie”?

W powiecie skóry wszyscy znają się nawzajem.

Powiedz krtani, że wkrótce. I powiedz powiece.

Wieści krążą tu, z ust do własnych ust, powietrze
przez magnetofon tętnic przewija nagrane
pogłoski: ziarnka gromu. Już późno, to przecież

prawie świt. Stań w łazience, patrz z bliska w powierzchnię
lusterka. Nie w twarz na dnie. W to, co zezna na niej
pyłek, rysa szkła. Powiedz krtani. I powiece.

Po pierwsze, że już wkrótce. Po drugie – po jeszcze
bardziej pierwsze – że całą widzianą na jawie
ciemnością ziarnka grobu, choć późno, poprzecie

właściwą stronę skóry, tę, gdzie się po wieczne
mgnienie skupiło Wszystko znane, nienazwane.
Którą? Wiesz przecież. Powiedz krtani. I powiece
na tym jej ziarnku globu, za późno: Po trzecie –

SC: Z takich króciutkich utworów to ja uwielbiam Białoszewskiego „Muzo-natchniuzo, tak ci końcówkuję z niepisanowości, natreść mi ości i uzo”.

[Od red:]

Autor: Miron Białoszewski

„Namuzowywanie”

Muzo
Natchniuzo

tak
ci
końcówkowuję
z niepisaniowości

natreść
mi
ości
i
uzo

PK: O, też fajne.

SC: Fajne, nie?

PK: Nie znam akurat, no.

SC: Ale tak się zastanawiam... Jak zaczęłaś, bo widzę, że zmierzamy intuicyjnie w tym samym kierunku.

Chciałam Cię zapytać, czy próbowałaś kiedyś coś napisać trzynastozgłoskowcem?

PK: Chyba tak.

Ja nawet coś napisałam trzynastozgłoskowcem, bo ja miałam taki epizod w życiu, kiedy pisałam różne takie rzeczy dla śmiechu, powiedzmy satyryczne.

Różne takie pomysły głupie w pracy.

Trochę robiliśmy takie rzeczy, mieliśmy taką gazetkę satyryczną ja z koleżanką.

To był Anonimowy Tygodnik Toaletowy.

Podrzucaliśmy go w toaletach.

Bardzo ludzie tęsknią za nim do dzisiaj.

No i właśnie różne takie rzeczy czasem tworzyłam dla żartu, więc wydaje mi się, że akurat trzynastozgłoskowcem to pisałam coś kiedyś dla żartu, ale nie pamiętam kompletnie, co to było.

Bardzo lubiłam kiedyś pisać poezję tak dla siebie i nawet nie wiem, jak to jest, ale wydaje mi się, że jak miałam tam osiemnaście, dziewiętnaście lat, to ja pisałam całkiem niezłe wiersze, a teraz już nie potrafię.

To jest śmieszne, ale naprawdę tak jest, że jak patrzę wstecz, to mam wrażenie, że nawet bym czytała taki wiersz.

Dzisiaj już kompletnie nie umiem tego napisać. Nie wiem, czy to jest kwestia czasu, czy może to życie było takie mniej pędzące niż teraz, kiedyś. Może jak będę miała kiedyś więcej czasu.

No i właśnie w poezji rzeczywiście, zwłaszcza jak to jest taki wiersz, który ma być rytmiczny, na przykład trzynastozgłoskowiec, to jest dla mnie dużo pracy, żeby się tak właśnie postarać, żeby odpowiednio te słowa dobrać, żeby one nie tylko brzmiały, żeby to fajnie rytm zachowało, i jeszcze

tak, powiedzmy, że kolorystycznie, ale bardziej tu chodzi o taką dźwiękowość, o jakby tę fakturę dźwięków, którą od razu gdzieś mam w głowie. To już jest wyzwanie, ale fajne wyzwanie.

Lubię takie zabawy.

SC: Przypomniały mi się jednodniówki, skoro tworzyłaś na papierze toaletowym, to w ogóle, wiesz, taka bohema trochę tam twórcza, rozumiem, z koleżanką.

PK: Znaczący, to nie było na papierze toaletowym, to były normalne takie składane jakby, jak ulotka, gazetki, ale były zostawiane w toaletach, bo to był taki...

SC: No, ja rozumiem, tylko mi się to po prostu przypomniało z tymi jednodniówkami, które, wiesz, na początku XX wieku miały swój moment popularności.

PK: Rzeczywiście.

SC: Prawda?

Pamiętam, jak w jednej z naszych rozmów wspomniałaś, że trudno Ci czasami określić jakieś rzeczy słowami, że w ogóle świat momentami bardziej czujesz, niż rozumiesz intelektualnie.

I że jest to tak naprawdę jakiś rodzaj głębi, której jest Ci trudno w jakiś sposób werbalizować może, ale tak naprawdę poszukujesz autentycznego kontaktu i tego poczucia na poziomie też właśnie niewerbalnym, że tego szukasz w życiu.

I tak się zastanawiam, czy myślisz, że to doświadczenie świata na wielu poziomach równocześnie wynika właśnie z tych Twoich pragnień?

PK: Myślę trochę, że jest na odwrót, jak się nad tym zastanawiam, że to, że tak doświadczam, może uwarunkowało to, że takie mam potrzeby, bo właśnie się nad tym zastanawiałam ostatnio. I no tak, z wiekiem człowiek trochę bardziej zaczyna rozumieć siebie, nie?

I gdzieś tam jestem już w takim wieku, że trochę tam się poukładało mi w głowie bardziej i właśnie trochę lepiej znam siebie.

I szczerze mówiąc, rzeczywiście jest tak, że ja trochę nie umiem się opisać, ja czasem nawet nie umiem do końca moich poglądów określić, bo dla mnie wszystko jest bardzo, bardzo wieloznaczne i to, prawda, czasami wręcz jest uciążliwe i czasem sobie tego nie lubię, ale później sobie myślę: kurczę, no to jest jakaś moja cecha indywidualna, trzeba się cieszyć, że jest taka, bo to ma też dobre strony, więc też nie ma co walczyć z tym. Ale rzeczywiście jest tak, że po prostu taką chyba mam naturę, że ja tak głęboko zawsze sięgam.

Nie mówię, że każda moja rozmowa jest głęboka ze znajomymi czy coś, bo to nie o to chodzi, ale chodzi o to, że na tyle moje odczuwanie jest pogłębione, jakieś takie, może nawet przewrażliwione, że trochę muszę, nie wiem, jak to powiedzieć. Na przykład, żeby coś opisać, to czasami wolę nawet nie poruszać jakiegoś tematu, bo wiem, że ja nie będę go umiała w słowach dobrze ująć albo swojego stanowiska w tej sprawie dobrze ująć, albo na przykład na tyle ma to dla mnie wiele znaczeń i wiele głębi, i warstw dana sprawa, że nawet nie widzę sensu, żeby na przykład dyskutować na dany temat. I to z jednej strony jest fajne, bo pozwala mi dużo rzeczy rozumieć, no bo wiadomo, że jak się gdzieś patrzy na świat tak właśnie z taką głębszą refleksją, no to bardzo to pomaga na przykład być tolerancyjnym, nie oceniać, takie różne punkty widzenia przyjmować i to trochę ułatwia takie myślenie, chociaż też nie zawsze. Ale z drugiej strony, no czasem zazdroszczę osobom, które po prostu potrafią powiedzieć, nie wiem, „to mnie zezłościło i miałam prawo się zezłościć”. Ja tutaj mam tak, że ja nawet nie wiem, czy powinnam się złościć, czy nie powinnam, czy coś jest

obiektywnie na przykład dla mnie krzywdą, czy nie. No, może z radością jest trochę łatwiej, bo to jest taka łatwiejsza emocja, ale rzeczywiście to jest czasem nawet utrudnienie, nie, że ktoś po prostu tak bardzo się zanurza w takie jakby otoczenie, które mnie gdzieś tam otacza, że trudno jest siebie w tym wszystkim wyodrębnić. I to jest chyba taka ciekawa rzecz, że rzeczywiście fajnie jest mieć to poczucie, że wszystko ma znaczenie i wszystko ma jakąś swoją głębię, ale z drugiej strony trzeba się pilnować, żeby w tym nie utonąć – o, tak bym powiedziała – bo to, wtedy człowiek trochę zatracą swój indywidualizm, a jednak trzeba też umieć wczuć się tak w siebie, nie, w tym wszystkim i gdzieś swoje granice określić. Ale rzeczywiście tak jest i tak to się chyba na całe moje życie przenosi. A na słowa, o tyle się i na pisanie przenosi, że z jednej strony wiem, że na przykład nie porywam się na rzeczy, żeby opisywać rzeczy, których nie umiem opisać, i jest tego mnóstwo, a z drugiej to, że ja sobie właśnie pozwalam pisać takie, może takie historie, właśnie takie fikcyjne, takie, które mam w głowie wyobrażenia, i zazwyczaj nie piszę takich bardzo ciężkich rzeczy, nie chcę tego pisać, bo wiem, że właśnie coraz trudniej mi jest wtedy się nawet w tych słowach odnaleźć, ale pozwala mi to tak pomalutku, pomalutku sobie ten świat porządkować.

Mam wrażenie, że dopiero jak piszę, to mi się ten cały spektrum ogromne tych głębi i tych warstw zaczyna troszeczkę lepiej układać, ale to działa tylko w języku pisanym, bo jak już mówię, to znowu się rozjeżdżam.

Chcesz, to słyhać pewnie w tej rozmowie.

SC: Rozmowa jest fantastyczna i mam takie wnioski, że tak naprawdę Ty się w życiu kierujesz intuicją, a to, że piszesz, to Ci pozwala przechodzić do jakiegoś działania, czyli nie jesteś właśnie w zawieszaniu.

To, co mówisz, też nie chcesz pozwolić sobie na jakieś utonięcie w głębi, absolutnie nie jest to Twoim celem. I tak naprawdę też z tego, co też rozmawialiśmy, zależy Ci na tym, aby w obliczu w ogóle dynamicznego rozwoju technologii, którą też w jakiś sposób uczyniłaś bohaterką „Asystenta”, żebyśmy znajdowali sposoby na to, aby zwolnić tempo, żebyśmy częściej wybierali jakość jako wartość – to filmy, książki czy rozmowy – i tak naprawdę w Twoim życiu robisz to w praktyce, tak? A mogłabyś powiedzieć coś więcej, jak dbasz właśnie o tę jakość? Bo Ty mówisz, że robisz to intuicyjnie, ale może udałoby Ci się sformułować jakąś jedną wskazówkę dla tych, którzy czują podobnie i chcieliby jakoś wziąć sprawę w swoje ręce, nawet niech to będzie pióro.

PK: Tak, myślę, że to rzeczywiście częściowo intuicyjnie robię, ale jest w tym dużo takiego wysiłku wewnętrznego, bo gdzieś tam, jeżeli chodzi właśnie o takie otaczanie się jakością w takim codziennym życiu, no to wiadomo, że mi taka intuicja z kolorami czy jakieś takie widzenie inaczej świata nie pomoże w tym, żeby się na przykład zdrowo odżywiać, nie?

No i wiadomo, jest różnie, raz się odżywiam zdrowiej, raz nie, ale rzeczywiście, jeśli chodzi o takie codzienne rzeczy, na przykład ja nie pamiętam, kiedy ja ostatni raz... no, chyba może „1670” był takim serialem, który obejrzałam tak czysto dla rozrywki i nie zastanawiając się nad tym, żeby nie tracić czasu.

PK: Ja mam wrażenie, że ja jakoś się pod pewnym względem wręcz popsułam, że ja od paru lat nie potrafię obejrzeć takiego po prostu przeciętnego serialu, bo ja mam wrażenie, że ja tracę czas.

Ja naprawdę tak starannie już wybieram, co ja oglądam, co ja czytam. No, może z tym czytaniem to sobie pozwalam tam czasem na lekkość, bo też nie o to chodzi, właśnie chciałam to uściślić.

Bardzo jestem za tym, żeby wybierać tę jakość i tu, żeby to nie było źle zrozumiane, nie chodzi mi o to, żeby ludzie, nie wiem, szli do teatru co tydzień, bo to jest jakościowe, albo właśnie oglądali na przykład tylko jakieś tam niezależne kino czy jakieś nagradzane.

Bardziej chodzi mi o to, że ja już gdzieś tam po drodze sobie potrafię określić, co mnie odżywia w pewnym sensie, po czym mam zastrzyk energii albo inspirację, która mi pozwala na przykład zasiać i pisać, bo poczułam wenę.

A co sprawia, że ja się tylko tak naprawdę rozleniwiam, że: a, jeszcze ten jeden odcinek obejrzę, ale w sumie ta kolejna godzina zlatuje i nie mam z tego w zasadzie nic, tylko to, że ten czas minął.

Ja zaczęłam po prostu w pewnym sensie oddzielać te, nie wiem, czy to książki, czy filmy, czy inne rozrywki, na takie, które naprawdę mi coś dają.

Myślę, że każdy powinien się w sobie zastanowić – raz intuicyjnie, a dwa, bo czasem tę intuicję trzeba trochę wypracować.

Trochę też pozwolić sobie w ciszy posiedzieć, poobserwować się, co tak naprawdę daje mi coś, nie? Coś dobrego, najlepiej.

Bo czasami też warto jest sobie popłakać, bo czasami jakiś film czy książka też pozwalają nam wydobyć te emocje, które gdzieś tam siedzą głęboko i w innej sytuacji może nawet nie wyjdą.

Dlatego też jakby nie mówię, żeby tylko takie były pozytywne emocje, ale żeby coś to sprawia, że czujemy, że nas porusza, że żyjemy, nie?

Bo jeżeli mam do wyboru, a mamy ogromny teraz wybór naprawdę wszystkiego, jeżeli mam do wyboru coś takiego, co wiem, że mnie pobudza do życia, to zawsze wybiorę to.

Wiadomo, że czasami idzie to z automatu, jesteśmy zmęczeni, nie wiem, nie mamy siły nawet wstać i pójść sobie zrobić kanapkę, więc wtedy pewne rzeczy sobie upraszamy i wiadomo, coś tam, nie wiem.

Ja mam takie na przykład, zawsze widzę po tym, że jestem wyczerpana, czy tam mam jakiś trudny okres i jestem zmęczona, po tym, że mam ochotę obejrzeć film, który oglądałam już 15 razy.

To jest mój znak, że jestem zmęczona bardzo, bo to znaczy, że idę na automacie, ale czasem pozwalam sobie, no bo czemu nie, to też jest jakaś potrzeba organizmu wtedy.

Większość z nas tak jednak wybiera, nie?

Coś dla siebie, coś dla siebie dobrego, ale myślę, że czasami tej refleksji brakuje, żeby trochę się i jak już zamknę sobie tego laptopa, zastanowić się. Albo TikToka zamknę wieczorem o 21, czy to mi coś dało, czy ja po prostu tu teraz nie będę mogła zasnąć, nie?

Bo tu czas sobie scrollowałam.

O to mi chodzi. I to staram się właśnie wprowadzać w życie, no różnie wychodzi, ale tak sobie właśnie próbuję żyć.

SC: No tak, jeszcze wspomniałaś, że lubisz taniec, sport, ruch, tak?

I to też jest jakaś tam część Twojego dbania o siebie, kontakt z ciałem, ze sobą, tak?

Czyli to też jest taka forma, którą stosujesz do właśnie bardziej jakościowego życia, rozumiem?

PK: Tak, chociaż tutaj to myślę, że tak wyszło trochę z przypadku, o ile są przypadki. W moim życiu tak, że ja po prostu bardzo długo tańczyłam. Od dzieciaka do studiów to praktycznie latami byłam w zespole tanecznym.

Dla mnie ten ruch to jest też ważny element takiej wspólnotowości i lubię takie właśnie formy ruchu, które może niekoniecznie są z kimś w tym sensie, że mogę też biegać sama i to wtedy jest trochę inny rodzaj aktywności, ale lubię takie formy, które też łączą ludzi, są jakieś zorganizowane. I myślę, że to jest fajne, że to trochę uczy dyscypliny i samodyscypliny, bo nie zawsze się chce, ale człowiek, jeżeli wie, że właśnie mu to dobrze robi i otaczają go ludzie, którzy też się tym jarają, to to naprawdę nie tylko ma taki aspekt ruchu i takiego kontaktu z ciałem, ale też tego społecznego i takiego kontaktu z drugim człowiekiem, który myślę, że w innych formach nawet nie do końca jest obecny. Bo to jest trochę co innego widzieć się z kimś co tydzień na przykład na treningu, gdzie się siódme

poty po prostu wypaca i łączy was ta właśnie pasja do jakiegoś tam sportu, a trochę co innego spotkać się z kimś na kawie i rozmawiać o książkach.

To są inne rodzaje pasji czy jakiejś wymiany energii.

Ja też gdzieś o tym czytam ciągle, że to jest takie ważne dla zdrowia ruch, ale tak sama po sobie widzę, że po prostu jak mam taki tydzień, że nie wiem, nie chciało mi się albo nie miałam czasu gdzieś wyjść, czy to pobiegać, czy potańczyć, czy na squasha pójść... Nie wiem, jak to działa, ale to jest pozbawienie się jakiegoś zastrzyku kolejnego energii i myślę, że to jest tak, to jest bardzo ważne dla mnie.

Ja mam jakoś tak uwarunkowane chyba ciało, że mi to po prostu sprawia radość.

To jest tak naprawdę chyba najprostsza forma dla mnie radości, jaka może być – puszczenie sobie muzyki i tańczenie. Polecam.

SC: Fantastycznie, bardzo podobają mi się Twoje polecajki.

Powiedz, Patrycj, gdzie byś chciała zaprosić słuchaczy po wysłuchaniu naszego odcinka?

Albo do czego?

PK: Chciałabym zachęcić słuchaczy no na pewno do przeczytania „Asystenta”, bo z tego, co słyszę, to dużo osób odnajduje w tej książce różne rzeczy dla siebie i to są bardzo, naprawdę bardzo różne rzeczy.

Jedni na przykład się tam zainteresują tym wątkiem bezsenności, inni wątkiem technologicznym, jeszcze inni romantycznym.

Więc z tego, co słyszę, jest to taka powieść, która może tą wielowarstwowością też się wielu osobom spodobać i coś dla siebie można z niej wyciągnąć.

Także polecam i zachęcam do przeczytania i dzielenia się wrażeniami, bo ja chętnie też czytam, co się podobało i co się nie podobało.

Bardzo mnie to interesuje, jak czytelnicy odbierają książkę.

No i też zachęcam na pewno do takiego przyglądania się sobie i poszukiwania właśnie tej jakości, tej głębi, tego, co niekoniecznie właśnie wszystkim przychodzi intuicyjnie i też wymaga pewnego wysiłku, ale może sprawiać, że te nasze dni będą jeszcze bardziej bogate w różne doświadczenia, które nam dają dobrą energię i odżywiają nas w jakiś sposób, i dają motywację do każdego kolejnego dnia.

To takie jest moje przesłanie.

SC: Fantastyczne.

Bardzo Ci dziękuję za tę rozmowę, za to przesłanie, za to, że pokazałaś świat, który dla większości z nas jest właściwie niedostępny.

Świat wielozmysłowy, głęboki, pełen barw i faktur.

No, jak powiedziałaś, że Ty widzisz lirykę w kolorach, no to powiem szczerze, że zazdroszczę.

Także bardzo dziękuję i do usłyszenia w następnym odcinku.

Będziesz słuchać?

PK: Dziękuję bardzo. Oczywiście. Będę czekała na każdy odcinek. Dzięki bardzo za rozmowę.

SC: Dziękuję za wysłuchanie, a za tydzień przybliżę Ci, jak hojność buduje moc.

Dlaczego dawanie wzmacnia?

Idealny temat na Mikołajki, prawda?

Z tej okazji też będzie odcinek bonusowy dla naszych patronów i patronek z Patronite.

A tu co tydzień odkrywa się kolejny odcinek podcastu Anatomia Mocy.

Każdy z nich ma opracowaną transkrypcję.

Możesz ją odnaleźć na stronie Fundacji Moc Kobiet: www.mockobiet.eu. Koniecznie odnajdź Fundację Moc Kobiet na Patronite i dołącz do wirtualnego wolontariatu.

Życie to ruch.

Ruszamy razem.

Do usłyszenia w następnym odcinku.

Mówiła Sylwia Chrabałowska.