

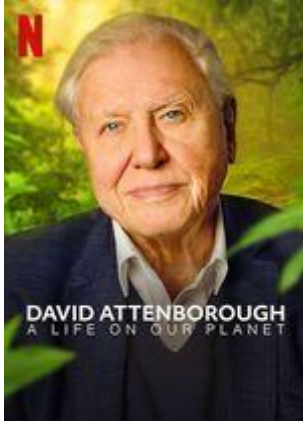
WSPARCIE TERAPEUTYCZNE 10.04.2021 r. PIASKI

IZABELA JAŃTA

Nadmierny konsumpcjonizm to spuścizna czasów, w których nic nie było, a każda pojawiająca się rzecz była na wagę złota. Gromadzenie, nawet mało przydatnych dla nas dóbr, dawało możliwość wymiany ich na coś bardziej pożytecznego a niejednokrotnie posiadanie czegoś pożądanego zapewniało lepsze miejsce w hierarchii czy też lepsze kontakty społeczne. Przyszły jednak czasy, kiedy rzeczy mamy o wiele za dużo ponad to czego potrzebujemy. Czasy się zmieniły a przyzwyczajenie do gromadzenia i posiadania nie i nadal z dużą łatwością zbiera nam się tak zwane „przyda się”, i o ile w czasach niedostatku miało to swoje uzasadnienie to dziś już trudno je znaleźć. Dzisiejsze zbieractwo zmieniło swoją rolę i głęboko weszło w nasz świat psychologiczny. Posiadanie wiąże się ze statusem społecznym, im mam więcej rzeczy a do tego drogich tym poczucie własnej wartości i status w środowisku wzrasta. Posiadanie daje nam też złudne poczucie bezpieczeństwa. W czasach kiedy relacje są znacznie słabsze to właśnie rzeczy przejmują ich funkcje. Gromadzenie i posiadanie, wypełnia pewną pustkę relacyjną powstałą na skutek osłabienia się kontaktów społecznych i więzi rodzinnych. Oczywiście uczucie to jest tylko namiastką prawdziwych więzi, które powstaje tylko na chwilę i domaga się ciągłego wypełniania poprzez gromadzenie. Niestety gromadzenie i posiadanie, ma swoje dalsze konsekwencje, które w szybkim tempie rozprzestrzeniły się na cały świat. Dawno temu przestał to być problem jednostki czy najbliższego otoczenia a stał się globalny, który przynosi ogromne negatywne skutki psychologiczne, środowiskowe i ekologiczne. Jednakże proces ten można radykalnie odwrócić nie tylko nie tracąc z niego mglistych psychologicznych korzyści a zastępując je prawdziwym poczuciem, sprawstwa, odpowiedzialności możliwości decydowania o tym gdzie i jak żyć a także daje nam szansę na naukę prawdziwego bycia z innymi w relacji.

„Zero waste” to działania mające na celu ograniczenie posiadanych rzeczy w celu niepotrzebnego gromadzenia, niemarnowania, nie wydawania bez potrzeby i ochrony tego co jest istotne czyli środowiska, zwierząt, ekosystemu, świata. Wpisuje się w to też misja pozostawienia po sobie świata także dla przyszłych pokoleń. świata dobrego, zdrowego i pięknego. Choć „zero waste” polega na ograniczaniu się, tak naprawdę przynosi wolność,

poczucie bycia i wyzwolenia, odkrywa nowe możliwości. Dlatego czas pomyśleć czy po wielu latach posiadania nie warto zmienić kierunku naszego steru na łapanie wiatru, oddechu i życia w jego prostej i szczęśliwej formie. Zapraszam do zgłębienia tematu w formie prezentacji.



Serdecznie polecam obejrzenie filmu pt.: „David Attenborough: Życie na naszej planecie”. To bardzo poruszający, mądry i refleksyjny obraz dokumentalny będący ostrzeżeniem przed konsekwencjami naszych działań na tej planecie. Film, uświadamia, ostrzega, skłania do myślenia, ale też daje nadzieję, że jeszcze wszystko może być dobrze.

Link do filmu na youtube.

<https://www.youtube.com/watch?v=Uuwue81sHWA>