

KARTA REFLEKSJI

60 do 70 proc. składu naszego ciała stanowi woda. Woda w tym znaczeniu jest substancją ujednoliconą w postaci czegoś względnie trwałego, co zwiemy naszym ciałem.

Woda jednak rządzi się inną logiką, podlega innym schematom i na inne sposoby podtrzymuje w istnieniu nasze ciała doczesne. Woda jest przede wszystkim przewodnikiem i łącznikiem. Podobnie jak prądy oceaniczne, które przenoszą ciepło pochodzące ze Słońca, ławice ryb i wyspy zużytego plastiku z jednego miejsca na naszym globie do innego, nasze ciała wodne służą za fizyczny nośnik.

Z ewolucyjnego punktu widzenia ożywione ciała są nieodzowne do rozprzestrzeniania się czegoś, co naukowcy Mark i Dianna McMenamin nazywają Hipermorzem, które powstało w momencie, w którym życie wydzwignęło się z wód morskich i z konieczności wchłonęło „z powrotem w siebie” środowisko wodne. Sięgając dziś po szklankę wody i wypijając ją, powiększamy obszar tego Hipermorza, podtrzymujemy bowiem nasze istnienie dzięki innym „sieciom fizycznej bliskości i wymianie płynów”. **W akcie wchłaniania nawiązujemy kontakt ze wszystkimi stowarzyszonymi z nami gatunkami, zamieszkującymi dział wodny, z którego wodę tę zaczerpnięto – psotnikami, skupnią, słodkowodnymi małżami.**

Tekst: Astrida Neimanis

źródło: <https://www.dwutygodnik.com/artykul/8805-hydrofeminizm-czyli-stawanie-sie-cialem-wodnym.html>

Łączymy się jednak również z odstożnikami i z szybko mieszającymi flokulatorami do uzdatniania wody, z basenami, akwenami i chmurami deszczowymi. Hipermorze obejmuje swym zasięgiem nie tylko lądową florę i faunę, ale także technologiczne, meteorologiczne i geofizyczne zbiorniki

TY I WODA

Zastanów się, jak twoja tożsamość — jako „kogoś” — łączy się z wodą. Jak ją używasz, jak ją czujesz, jak na nią wpływasz, i w jaki sposób jesteś jej częścią — fizycznie, emocjonalnie, ekologicznie i duchowo.



WYOBRAŹ SOBIE CZTERY KRĘGI TWOJEJ RELACJI Z WODĄ

Pierwszy krąg: **EMOCJE**

Jak woda wpływa na twoje uczucia i ciało?

Jakie wspomnienia niesie?

(np. „łzy matki”, „unoszenie się na wodzie”, „sztorm budzi mój lęk”)

Drugi krąg: **CODZIENNOŚĆ**

Jakie są twoje codzienne nawyki wodne? Skąd pochodzi woda, której używasz? Co z nią robisz?

(np. prysznic, gotowanie, picie, pranie – i dokąd ona potem płynie?)

Trzeci krąg: **ŚWIADOMOŚĆ EKOLOGICZNA**

Jak twój styl życia wpływa na wodę i inne istoty?

Co wiesz o wodzie wokół ciebie? (np. zanieczyszczenia, susze, rzeki, oczyszczalnie, plastik, skąd płynie woda w Twoim kranie?)

Czwarty krąg: **DUCHOWOŚĆ**

Co woda ci mówi? Jak cię zmienia? Pomyśl o symbolice wody – co dla Ciebie oznacza?

(np. chrzest, oczyszczenie, pamięć, ukojenie, rozpuszczanie ego, poczucie jedności, splątanie)

A Cedary Fragrance

by Jane Hirshfield

Even now,
decades after,
I wash my face with cold water -

Not for discipline,
nor memory,
nor the icy, awakening slap,

but to practice
choosing
to make the unwanted wanted.

Cedrowy zapach

I teraz.
po latach,
myję twarz zimną wodą –

Nie po to, by zachować dyscyplinę,
nie po to, by wspominać,
ani po to, by się budzić lodowatym uderzeniem,

ale by ćwiczyć się
w wybieraniu,
by zamieniać niechciane w chciane.



Mary Oliver "Dzikie gęsi"

Nie musisz być dobra.

Nie musisz iść na kolanach

sto mil przez pustynię, pokutując.

Wystarczy jeżeli pozwolisz zwierzątku twego ciała kochać, co pokochało.

Mów mi o twojej rozpacz, ja opowiem moją.

A tymczasem dalej trwa świat.

Dalej słońce i przezroczyste kamyki deszczu

suną przez krajobrazy, nad łąki i głębokie drzewa, nad góry i rzeki.

Znów dzikie gęsi, wysoko w czystym błękiecie,

lecą z powrotem do domu.

Kimkolwiek jesteś, choćbyś była bardzo samotna, świat ofiarowuje się twojej wyobraźni,

woła do ciebie jak dzikie gęsi, cierpko, pobudzająco, coraz to oznajmiając, gdzie jest twoje miejsce, w rodzinie ziemskich rzeczy.

Tłumaczenie: Czesław Miłosz

Mary Oliver "Wild Geese"

You do not have to be good.

You do not have to walk on your knees

for a hundred miles through the desert repenting.

You only have to let the soft animal of your body

love what it loves.

Tell me about despair, yours, and I will tell you mine.

Meanwhile the world goes on.

Meanwhile the sun and the clear pebbles of the rain

are moving across the landscapes,

over the prairies and the deep trees,

the mountains and the rivers.

Meanwhile the wild geese, high in the clean blue air,

are heading home again.

Whoever you are, no matter how lonely,

the world offers itself to your imagination,

calls to you like the wild geese, harsh and exciting -

over and over announcing your place

in the family of things.



Rzeka

KARTA
REFLEKSJI

Alice Oswald

w czarnym gruczole ziemi
drobny załążek rzeki

przyłóż ucho do rzeki słyszysz drzewa
przyłóż ucho do drzew słyszysz rozszerzanie
numerycznych działań rzeki

przez całą długość Devonu
pod mlecznym kwadratem światła który trwa bez ruchu

rzeka zwalnia i dąży dalej

śmieci po burzy okleiły jej gałęzie
gazeta rozkłada się pod wodą
a para kaczek przepływa nad jasną trawą wśród podtopionych wierzb

oko ziemi
spogląda spomiędzy jej kości
unosy księżyc unosi słońce niczego nie zatrzymuje

River

Alice Oswald

in the black gland of the earth
the tiny inkling of a river

put your ear to the river you hear trees
put your ear to the trees you hear the widening
numerical workings of the river

right down the length of Devon.
under a milky square of light that keeps quite still
the river slows down and goes on

with storm trash clustered on its branches
and paper unfolding underwater
and pairs of ducks swimming over bright grass among flooded
willows

the earth's eye
looking through the earth's bones
carries the moon carries the sun but keeps nothing

Interreg



Co-funded by
the European Union

South Baltic

ECO MARINAS

**SPACER IMERSYJNY: Bałtyk w nas
– pieszko i kajakiem przez mariny Gdańska**