

Aleksandra Pawlik

in my 20s

26 lekcji, które dałabym młodszej sobie

beyA. **sensus**

Wszelkie prawa zastrzeżone. Nieautoryzowane rozpowszechnianie całości lub fragmentu niniejszej publikacji w jakiegokolwiek postaci jest zabronione. Wykonywanie kopii metodą kserograficzną, fotograficzną, a także kopiowanie książki na nośniku filmowym, magnetycznym lub innym powoduje naruszenie praw autorskich niniejszej publikacji.

Wszystkie znaki występujące w tekście są zastrzeżonymi znakami firmowymi bądź towarowymi ich właścicieli.

Autor oraz wydawca dołożyli wszelkich starań, by zawarte w tej książce informacje były kompletne i rzetelne. Nie biorą jednak żadnej odpowiedzialności ani za ich wykorzystanie, ani za związane z tym ewentualne naruszenie praw patentowych lub autorskich. Autor oraz wydawca nie ponoszą również żadnej odpowiedzialności za ewentualne szkody wynikłe z wykorzystania informacji zawartych w książce.

Redaktor prowadzący: Magdalena Dragon-Philipczyk

Redakcja tekstu: Marta Szołtysik

Projekt okładki oraz ilustracje w książce: Maria Antonina Mazurek

Fotografia autorki na okładce: Marta Miklińska

Helion S.A.

ul. Kościuszki 1c, 44-100 Gliwice

tel. 32 230 98 63

e-mail: sensus@sensus.pl

WWW: sensus.pl (księgarnia internetowa, katalog książek)

Drogi Czytelniku!

Jeżeli chcesz ocenić tę książkę, zajrzyj pod adres

sensus.pl/user/opinie/jakwej

Możesz tam wpisać swoje uwagi, spostrzeżenia, recenzję.

ISBN: 978-83-289-1342-4

Copyright © Aleksandra Pawlik 2026

Printed in Poland.

- Kup książkę
- Poleć książkę
- Oceń książkę

- Księgarnia internetowa
- Lubię to! » Nasza społeczność

Spis treści

Wstęp • 7

1. Życie to nie egzamin, który piszesz raz i na zawsze • 13
2. Nie dowiesz się, co jest dla Ciebie, dopóki nie spróbujesz • 23
3. Droga zaczyna się, gdy idziesz • 39
4. Wątpliwości zabijają więcej marzeń, niż porażka
kiedykolwiek zdoła • 51
5. Nie przyjmuj krytyki od kogoś, od kogo
nie wzięłabyś rady • 63
6. Nie porównuj się do innych, tylko do siebie z przeszłości • 75
7. Jeśli jesteś najmądrzejsza w pokoju, to znaczy,
że jesteś w złym pokoju • 83
8. Rzeczy nie dzieją się Tobie, tylko dla Ciebie • 91
9. Dom rodzinny daje fundamenty, ale to od Ciebie zależy,
co na nich zbudujesz • 101
10. To, w jakim domu zostałeś wychowana, nie jest Twoją winą,
ale jest Twoją odpowiedzialnością • 111

5

SPIS TREŚCI

- 11.** Nie musisz podejmować się wszystkiego,
co podsuwa Ci życie • 123
 - 12.** Jeśli ceną za coś jest Twoje zdrowie psychiczne,
to znaczy, że jest to za drogie • 135
 - 13.** Jeśli nie płacisz za produkt, to produktem jesteś Ty • 147
 - 14.** Nie jesteś „za mało” i nie jesteś „za dużo” • 157
 - 15.** Ludzie doskonale wiedzą, co robią
i jak to na Ciebie wpływa • 167
 - 16.** Czasem będziesz czarnym charakterem w życiu innych • 175
 - 17.** Nie da się napisać nowego rozdziału życia,
w kółko czytając ten poprzedni • 185
 - 18.** Nawet najtrwalsze przyjaźnie miewają swój
termin ważności • 195
 - 19.** Nie zaniżaj swoich standardów dla tych,
którzy ich nie spełniają • 207
 - 20.** Możesz mieć rację albo relację • 217
 - 21.** Miłostki. Bo czasem ludzie są jedynie lekcją • 227
 - 22.** Gdy masz złamane serce, nie myśl, że związek się skończył —
pomyśl, że się dopełnił • 245
 - 23.** Będąc singielką, traktuj czas, jakbyś za miesiąc miała
poznać miłość swojego życia • 255
 - 24.** Żyj tak, jak byś chciała być zapamiętana • 271
 - 25.** Jesteś ważniejsza, niż Ci się wydaje • 279
 - 26.** Jeśli wciąż szukasz tej jednej osoby,
która odmieni Twoje życie — spójrz w lustro • 287
- Zakończenie • 295

1 Lekcja

Życie to nie egzamin, który piszesz raz i na zawsze

Któregoś pięknego dnia mojego beztróskiego nastoletniego życia obudziłam się zaalarmowana setką dorosłych decyzji do podjęcia. Naraz. I najlepiej „na zawsze”. Nie chcę tu dramatyzować (choć trochę chcę), ale począwszy od wyboru ścieżki edukacji po szkole podstawowej, te wszystkie „poważne wybory” zaczęły wyskakiwać jak grzyby po deszczu. A ja — niczym pasażerka rollercoastera, która nie pamięta, kiedy na niego wsiadła — mogłam tylko patrzeć, jak wagonik nabiera prędkości i nie wygląda, jakby miał się w najbliższym czasie zatrzymać. To właśnie wtedy zrozumiałam, że **świat dorosłych decyzji nie poczeka, aż stanę się dorosła**. Że już za chwilę będę musiała wybrać ścieżkę, która rzekomo miała wyznaczyć kurs mojego życia.

Pierwsza poważna decyzja — szkoła średnia. Pewnie pamiętasz ten czas i niepewność z nim związaną. Liceum, technikum, zawodówka? Przecież to już w jakimś stopniu zdefiniuje moją przyszłość. Trzeba się nad tym dobrze zastanowić. Tylko... na jakiej podstawie? Dziecięcych marzeń? Zarobków wygooglowanych w przyпіływie paniki? A może wziąć pod uwagę opinię tego kuzyna, który zna kogoś, kto zna kogoś? A może — co chyba

13

najbardziej frustrujące — oprzeć tę decyzję na niespełnionych ambicjach rodziców?

Marzyłam, żeby można było — jak przed weselem — iść na degustację... Tylko że zamiast tortów dostajesz przedsmak życia po różnych ścieżkach edukacyjnych. Taki *speed dating* z przyszłością. Zamiast tego były dni otwarte, które rozbudziły we mnie nadzieję, że każda lekcja chemii na biol-chemie będzie pełna wybuchów i eksperymentów rodem z hollywoodzkich filmów. Spoiler: nie była.

I kiedy już — z ulgą — wydawało mi się, że to było na tyle... Wybrałam szkołę, profil, że mogę wreszcie odetchnąć, w uszach zadźwięczało mi słowo, które nauczyciele wypowiadają częściej niż Twoje imię — matura. Jakie przedmioty zdawać? Które przydadzą się na studia? Co jeśli nie studia? A może *gap year*? Pytań było dużo, a odpowiedzi brak. I kiedy znowu łudziłam się, że to już naprawdę koniec, że **w s z y s t k o** mam za sobą — wybrałam przedmioty, napisałam maturę, przetrwałam te (wtedy jeszcze) trzy lata na oparach siły woli — nagle, zupełnie znienacka, pojawia się pytanie: „I co dalej?”.

Wtedy miałam poczucie, że nie na taką dorosłość się pisałam. A może po prostu nikt nie przygotował mnie na to, jak to naprawdę wygląda? Decyzje, decyzje, wiecznie trzeba między czymś wybierać. Paradoksalnie, gdy teraz patrzę na to z perspektywy czasu, te wszystkie „wybory życia”, choć miały zmienić wszystko... okazywały się kroplą w morzu decyzji, o których dzisiaj już nawet nie pamiętam. Nie chcę tu umniejszać ich wagi, bo odpowiedzialność za swoje wybory to rzecz ważna — im wcześniej zaczniemy ją brać, tym szybciej możemy się jej nauczyć. Ale narracja, że *to już na zawsze*, że wybierasz raz i *finito*, nie ma drogi odwrotu oraz słynne „Jak dorośniesz, będziesz tego żałować” to prawdopodobnie największy mit, który nam sprze-

dano w pakiecie z dorosłościami. Dodatkowo podany w broszurze pod tytułem „Zaplanuj swoją przyszłość” rozdawanej na dniach otwartych szkoły średniej.

Pamiętam swoją pierwszą lekcję rozszerzonej chemii w liceum i pytanie nauczyciela: „Kto chce zostać lekarzem?”. Niemal cała klasa rąk w górze. Imponujący widok. W końcu każdy z nas, wybierając profil medyczny, miał jeden cel. Później, jak możesz przypuszczać, rzeczywistość trochę nas zweryfikowała. Z roku na rok tych rąk było coraz mniej. Mojej w końcu też tam zabrakło.

Maturę z chemii napisałam, choć wiedziałam, że po oddaniu arkusza do komisji egzaminacyjnej, moja ręka już prawdopodobnie nigdy ponownie nie nakreśli nowego równania chemicznego. Tak jak się spodziewałam, moja kariera medyczna zakończyła się na miłości do *Dr House’a*. Czy żałowałam czasu poświęconego na naukę? Nie, bo wtedy potrzebowałam celu, który mnie do niej zmusi, bo podstawowy poziom przedmiotów nie wystarczał, by mnie zmotywować. Czy wiedziałam, co chcę dalej w życiu robić? Absolutnie nie, a na dodatek sześć lat i trzy kierunki studiów później byłam w tym samym miejscu z tym samym dudniącym w mojej głowie pytaniem: „I co dalej?”.

Ostatecznie wybrałam się na uczelnię niepubliczną, bo moja matura z chemii nijak się miała do studiów, które mnie wtedy zainteresowały. Wymyśliłam sobie kierunek, na który podobno idą wszyscy ci, którzy *nie wiedzą*, czyli zarządzanie. Stwierdziłam, że skoro interesuje mnie biznes i reklama, to powinnam się tam odnaleźć. Nie myliłam się, a kolejne lata studiów mijały mi z myślą, że był to dobry wybór... choć nie do końca wiedziałam, do czego mnie prowadzi.

Kierunek kierunkiem, ale to ludzie, których tam poznałam, ukształtowali moje podejście do pracy, do życia, do ambicji.

Przeprowadzka do nowego miasta, nowe środowisko, inne historie i zupełnie inne punkty wyjścia. Na studiach z zarządzania spotkacie trzy typy studentów: tych, którzy szukają pomysłu na siebie, tych, którzy chcą otworzyć firmę, lub tych, którzy przejmą rodzinny biznes. I choć sam kierunek studiów był wspólny, motywacje już zupełnie nie. Dla niektórych to była bezpieczna opcja i sposób na zorientowanie się, co chcą dalej robić. Dla innych — pierwszy krok do realizacji konkretnego scenariusza.

I to właśnie podczas podejmowania decyzji, które podobno miały zdefiniować **całe moje życie** — od deklaracji maturalnych, po miasto wyprowadzki, sens życia i sens pisanie do tego jednego chłopaka, który mnie olał trzy dni wcześniej — zaczęłam zauważać w swoim otoczeniu osoby, które... wiedziały.

One po prostu wiedziały.

Od zawsze. Od podstawówki. Że chcą zostać prawnikami, architektami, psychologami. Wiedziały, na jaki kierunek pójść, jakie studia, jaka uczelnia, jakie miasto. Nie zastanawiały się „czy to dobra decyzja?” — one *miały plan* i go realizowały. A ja? Ja dzwoniłam do mamy zapytać, do której przegródki w pralce wlewa się płyn do płukania, a do której wysypuje proszek — zamiast po prostu kupić kapsułki.

I miałam takie przekonanie, nie tylko ja zresztą, że tym ludziom jest po prostu łatwiej. Nie marnują energii na podejmowanie decyzji, bo już wszystko zaplanowali. Nie stresują się, nie porównują. Po prostu robią swoje.

Podobne odczucia miałam za każdym razem, gdy widziałam, że ktoś otrzymał mieszkanie w spadku po babci, dostał się na praktyki w ogromnej korporacji, bo „wujek zna kogoś, kto tam pracuje”, albo nie musi się martwić budżetem domowym, bo

rodzice pokrywają wszystkie jego miesięczne wydatki. Z drugiej strony możesz teraz odbić piłeczkę i powiedzieć mi: „Też bym chciała dostawać pieniądze za wrzucanie zdjęć na Instagrama”. I cóż... nie mam absolutnie nic na swoją obronę, pełniąc wątpliwej reputacji zawód, jakim jest bycie influencerką.

Jasne, niektóre rzeczy zostały mi podane na tacy. Ale inne wciąż wymagały ode mnie wysiłku i poświęcenia ogromu czasu. Bo w tym wszystkim nigdy nie chodziło mi o to, że czegoś komuś zazdrościłam *tak dosłownie*. To bardziej chodziło o uczucie, że **startujemy z różnych poziomów**.

Tylko gdzieś po drodze te obserwacje — całkiem słuszne zresztą — stały się moją wygodną wymówką. Bo skoro ktoś startował z wyższego poziomu, miał lepsze warunki, znajomości, naturalne predyspozycje, których ja nie miałam, to po co w ogóle próbować? Po co się męczyć, skoro i tak będę gorsza od tych, którzy mieli łatwiej od początku?

Zamiast skupić się na tym, co mogę zrobić ze swojego miejsca, wolałam patrzeć w górę i narzekać, że ktoś zaczął wyżej. Kompletnie ignorując przy tym fakt, że dla kogoś innego to ja byłam osobą, która miała łatwiej, lepiej i zaczynała z poziomu, o którym on mógł tylko pomarzyć. Paradoksalnie uświadomiłam to sobie dopiero wtedy, gdy zaczęłam zauważać ten sam mechanizm u innych. Pamiętam rozmowę z moją koleżanką, która od lat mówiła, że chciałaby zostać modelką. W pełni się do tego nadawała, ale zawsze znajdowała powód, dla którego nie mogła zacząć: „Musiabym znaleźć agencję”, „Nie mam dobrych zdjęć w portfolio”, „Nie znam tej branży i nie mam kontaktów”. Słuchając jej, myślałam: „*Girl*, jeśli będzie ci lepiej, ja mogę razem z tobą stworzyć listę powodów, przez które ci się nie udaje, ale to nie sprawi, że jutro obudzisz się z kontraktem w rękę”.

17

I nagle, jak w lustrze, zobaczyłam siebie. Nie idealnie odbicie, ale podobieństwa były nie do ukrycia. Szczególnie gdy przeprowadzasz się, tak jak ja, z małego miasta do Warszawy, trudno nie zauważyć, że część ludzi startuje z zupełnie innego pułapu. Tylko... czy to coś zmienia?

Bo **możesz znaleźć tysiąc powodów, przez które ktoś ma łatwiej. Ale co Ci to da?** Ktoś od dziecka mówi w pięciu językach — Ty nie, nic z tym nie zrobisz. Ktoś ma rodziców prawników i bez problemu dostaje praktykę w kancelarii — Ty musisz wysłać CV na lewo i prawo. Ktoś miał plan na siebie od zawsze, a Ty wciąż nie wiesz, co zrobić ze sobą jutro. Czy to zmienia jakkolwiek Twoją decyzję? Czy to sprawi, że nagle zaczniesz mówić w pięciu językach? Że Twoi rodzice zaczną pracować w kancelarii? Że objawi Ci się jasna wizja Twojej przyszłości?

No właśnie.

Możesz pozostać przy narracji „inni mają lepiej, łatwiej”, ale bądźmy szczerzy — to nie brzmi jak początek historii, w której próbujesz, realizujesz marzenia, szukasz tego, co chcesz w życiu robić, nawet jeśli masz popełnić po drodze tysiąc kolejnych błędów. To raczej historia, która podcina Ci skrzydła, zanim w ogóle zdążysz je rozwinąć.

Pisząc tę książkę, jestem w wieku, w którym z jednej strony ludzie planują dom i zakładają rodziny, a z drugiej z dnia na dzień rzucają dochodową pracę, by polecieć do Azji z plecakiem. Ci drudzy to zazwyczaj te osoby, o których wcześniej pisałam pod przydomkiem „oni wiedzieli”. Ci, którzy od dziecka wiedzieli, że chcą pójść na prawo — studia na UW, szybka aplikacja adwokacka i własna kancelaria do trzydziestki. Wszyscy byliśmy pod wrażeniem ich determinacji. A później się okazywało, że te studia były wymysłem rodziców albo pogonią za prestiżem

i uznaniem, który w jakimś momencie przestał mieć dla nich znaczenie. Ci wszyscy ludzie, którym zazdrościłam pewności swoich decyzji, często wcale pewni nie byli. Po prostu lepiej udawali. Może presja, żeby wiedzieć, była u nich większa niż przestrzeń na to, żeby szukać. Niektórzy rzeczywiście mieli szczęście i trafili od razu w swoje, ale większości zabrakło odwagi, by wahać się publicznie. Wiesz, w której grupie się znajdujesz? Nawet jeśli nie jesteś jeszcze pewna, może to jest właśnie dobry moment, by ktoś Ci powiedział, że **życie to nie egzamin, który piszesz raz i na zawsze**. To nie tak, że dostajesz jeden arkusz i tylko jedną szansę.

Nie musisz znać wszystkich odpowiedzi od razu. Nie musisz od razu trafić w „dobry” kierunek. Możesz zmienić zdanie. Możesz spróbować czegoś nowego. Możesz się cofnąć i pójść inną drogą. Możesz się pogubić, a potem odnaleźć. Możesz iść na studia, a potem je rzucić. Albo skończyć trzy kierunki i nadal nie wiedzieć, co dalej. Możesz napisać pierwszą wersję swojego życia... a potem ją poprawić. I jeszcze raz. I jeszcze dziesięć razy, jeśli trzeba.

Nikt nie skreśli Twoich wyborów czerwonym długopisem.

Tutaj nie ma oceny końcowej (chyba, że sama planujesz ją sobie przyznać).

Oczywiście, że niektórzy będą mieć łatwiej, będą wiedzieć szybciej i szybciej zaczną spełniać swoje marzenia. Oczywiście, że powinnaś podejmować te wszystkie decyzje ze świadomością ich konsekwencji — jakiegokolwiek by one nie były. Tylko że zawsze można nanieść na nie poprawkę. Bo w którymś momencie tego *dorostego życia* z pełnym wachlarzem *dorostych decyzji* zdasz sobie sprawę, że **to nie jest wyścig, w którym liczy się tylko meta. To prędzej maraton, gdzie znaczenie ma to, jak bardzo rozwinęłaś się po drodze.**

A co rozwija bardziej niż właśnie pomyłki? ;)

19

Więc zamiast zadawać sobie pytanie „Czy to dobra decyzja na całe życie?”, zapytaj: „Czy to dobra decyzja na teraz?”. Zamiast „Co pomyślą inni?” — „Co w związku z tym czuję ja?”. Zamiast „Czy jestem na dobrej drodze?” — „Czy się rozwijam?”.

Być może okaże się, że nie trzeba nosić ciężaru *idealnej ścieżki*, bo można eksperymentować, zmieniać zdanie, szukać.

Sama szukam od wielu lat. I powoli dochodzę do wniosku, że chyba nawet nie chcę niczego konkretnego znaleźć. Bo może życie to właśnie nieustanne szukanie. Próbowanie nowych rzeczy. Odrzucanie tych, które już nie pasują. Podejmowanie decyzji, które są dobre *na dziś* — bez przymusu, by były dobre *na zawsze*.

Może nie chodzi o to, żeby wiedzieć, tylko żeby być otwartą. Obecną. Gotową uczyć się na każdym etapie.

Zdarza się, że mimo niezbyt chlubnej reputacji mojej głównej profesji, ktoś czasem pyta mnie o radę zawodową. Do tej pory nigdy nie wiedziałam, co odpowiedzieć, ale chyba w końcu wiem: **Przestań szukać jednej, właściwej odpowiedzi. Zacznijszukać następnego, ciekawego pytania.** Życie to nie test wyboru z jedną poprawną odpowiedzią. To raczej opowieść, którą piszesz po swojemu. I nie ma nic złego w tym, że nie wiesz, jak się ona skończy. Nikt nie wie. Nawet ci, którzy udają, że wiedzą.

A błędy?

No cóż — czasem to właśnie one tworzą najlepszą puentę.

Między wersami:

Gdybyś mogła bezkarnie wykreślić
jedną rzecz lub decyzję z ostatniego roku —
co by to było?

PROGRAM PARTNERSKI

— GRUPY HELION —

- 
1. ZAREJESTRUJ SIĘ
 2. PREZENTUJ KSIĄŻKI
 3. ZBIERAJ PROWIZJĘ

Zmień swoją stronę WWW w działający bankomat!

Dowiedz się więcej i dołącz już dzisiaj!

<http://program-partnerski.helion.pl>

GRUPA
Helion 

Dlaczego nikt nie dał nam instrukcji obsługi dorosłości?

Jako nastolatkwie wyobrażaliśmy to sobie zupełnie inaczej. Ekscytowaliśmy się wizją pełnoletniości, przekonani, że po osiemnastce świat stanie przed nami otworem. A potem nastąpiło zderzenie z rzeczywistością.

Szkoła uczy wzoru skróconego mnożenia, ale nie tego, jak sobie poradzić z poczuciem zagubienia, wszechobecną presją i porównywaniem się do „idealnych” obrazków na Instagramie. Twoje życie po dwudziestce, które miało być kwintesencją długo upragnionej dorosłości, okazuje się chaosem: niepewnych decyzji, relacji bez etykiet i ciągłego poczucia stania w miejscu, podczas gdy wszyscy inni biegną do przodu. To czas nawigowania po omacku w świecie, którego zasad dopiero się uczysz, i ciągłej walki o to, by nie dać się wcisnąć w cudze definicje szczęścia i sukcesu.

In My 20s to nie jest kolejny poradnik, który powie Ci, jak żyć. W tej książce Aleksandra Pawlik, twórczyni internetowej i autorka podcastu *Opowieści Różnej Treści*, zebrała 26 szczerych lekcji, które sama chciałaby usłyszeć, wchodząc w dorosłość. To głos starszej siostry, która chwyci Cię za rękę i powie: „Chodź, tędy będzie trochę łatwiej. Nie jesteś w tym sam/sama”.

To przewodnik po dorosłości nieidealnej, nieoczywistej i czasem absurdalnej — właśnie takiej, jaką większość z nas naprawdę przeżywa.

beYA. **sensus.pl**

ebook dostępny na:
ebookpoint

ISBN 978-83-289-1342-4



9 788328 913424

cena: 59,90 zł