

Največji lažnivci na svetu so ...



Piše: **Darja Gebert**

Petek, 3. 12. 2021, 6:05



Vir: Storyblocks

Kaj če mi ne bo uspelo? Kaj če ne bom dovolj dober? Kaj če me kdo premaga? Kaj če me bodo zavrnil? Kaj bodo rekli drugi, domači, bližnji?

Ko si začnemo postavljati zgornja vprašanja, smo verjetno na točki, ko ugotovimo, da se v trenutni življenjski situaciji ne počutimo več dobro. Občutek imamo, da smo obstali, ujeti v vakuumu vsakdanjosti in rutine, ki nas vse bolj duši. Znotraj nas se dogaja boj misli, prepričanj, potreb in hrepenenj. Na zunaj mogoče živimo udobno, srce pa nam govori, da to udobje postaja moreče in zatoхло. Čutimo nemir, ki nam zaposluje um in jemlje gorivo za ustvarjalnost. Znotraj nas poteka bitka med tem, kar imamo, tem, kar želimo, in lastnimi emocijami, ki nam na poti spremembe postavljajo ovire. Pogosto pomislimo na: "Kaj če ...?" z negativnim zaključkom. Preštevilne misli, predsodki in zastareli modeli "varnosti", ki izhajajo iz notranje bolečine vse bolj osušujejo naše napajališče energije in nas spreminjajo v zapornike samih sebe.

Ne bojmo se stopiti v temo težkih trenutkov. Verjemimo, da smo tudi mi lahko kot gorčično zrno.

Naj gre za odnos, katerega žar ljubezni je že davno ugasnil ali znotraj njega celo doživljamo nasilje, službo, ki zavira našo ustvarjalnost, ali pa le trenutno stanje, udobne mehkega stola, ki nam zaradi dolgotrajnega sedenja postaja vse prej kot udoben. Pogled skozi rožnata očala daje videti, da nam nič ne manjka. Imamo vse, kar rabimo, a ko snamemo očala in potrskamo na srce, začutimo praznino in žalost.

Potrebna je inventura

Vse, kar trenutno živimo, čutimo in mislimo, so sadovi našega življenja, skupek misli, prepričanj, izkušenj in vzorcev, ki imajo velik pomen. Določajo našo pot. In če smo danes na točki, ko se čutimo izgubljeni, je to z namenom, da se ustavimo, si odpočijemo in premislimo, kam sploh želimo iti. Je cilj res naš cilj ali je sad zastarelih vzorcev, nareka okolice, in nam ne služi več? Če čutimo neravnovesje, je pravi trenutek, da nehamo hiteti. Ustavimo se! Stopimo korak nazaj in naredimo inventuro svojega življenja!

Prisluhnimo srcu v tem trenutku! Kaj nam pravi? O čem govori in po čem hrepeni? Kdo sploh smo? Bodimo sočutni do sebe. Če ne čutimo v tem trenutku, nič hudega. Vzemimo si čas. V inventuri svojega življenja ozavestimo vzorce, ki poganjajo naš ego in jih pustimo za seboj. Preteklosti res ne moremo spreminjati, najsi je še tako boleča. Je pa prav, da jo ozavestimo, sprejmemo, kar ne moremo spremeniti, in spremenimo tisto, kar je danes, tukaj in zdaj, v naših rokah, v naši moči.

Spremenimo smer

Ne vemo, zakaj nam življenje prinaša težke trenutke, ko se počutimo poraženi in povsem izpraznjeni. Vemo pa, da lahko kontroliramo svoj odziv nanje.

Tvegajmo. Izberimo smer, ki je prej ne bi. Tudi če bo v začetku zaraščena stezica ali celo brezpotje, blatno in težavno – pojdimo! In bodimo potrpežljivi! Aktivno odstranjujemo ovire na poti in ne nergajmo, ker bi moral nekdo drug poskrbeti zanje. Ne čakajmo torej, da nas partner ob prihodu domov pričaka z nasmehom in pove, da nas je pogrešal. Naredimo to mi. Stopimo do njega ga objemimo in mu to povejmo. Stisnimo otroke in jim povejmo, da jih imamo radi. Pokličimo prijatelja, ki mu zamerimo, ker se nam nič ne javi. Povabimo ga na kavo ali mu vsaj povejmo, koliko nam pomeni. Postavimo meje na delovnem mestu. Ponudimo svoje znanje, sposobnosti in vizijo in če se čutimo zatrte in vselej preslišane in spregledane, ne obupajmo in ne zapadimo v malodušje. Vprašajmo se, če nas to delo še osrečuje in če je odgovor ne, je morda čas za spremembo. Lahko je sicer govoriti, a težko storiti. Če tvegamo, res lahko marsikaj izgubimo, a nazaj vselej dobimo nekaj zelo koristnega – sebe.

Ne bojmo se!

Vsaka sprememba pomeni tveganje. Naj gre za soočenje s samim sabo, partnerskim ali starševskim odnosom, službo, prijateljstvom. Vsaka misel na spremembo prikličje nemi glas naše notranjosti, ki nam otežuje pot: "Kaj pa če ..." z dodanimi številnimi katastrofalnimi zaključki. To so naši strahovi in največji lažnivci. Večina njih se namreč

nikoli ne uresniči, v veliki meri pa ubijajo našo ustvarjalnost, tisto bistvo, ki se odpira neznanemu in skozi ustvarjalnost postaja znano.

Nikoli ne vemo, zakaj nam življenje prinaša težke trenutke, ko se počutimo poraženi in povsem izpraznjeni. Vemo pa, da lahko kontroliramo svoj odziv nanje. Lahko se borimo, lahko si zatiskamo oči in se delamo, da ni tako hudo ali pa si pustimo, da se nas dotaknejo, nas ustavijo, da pogledamo, kaj nam imajo povedati. Ne bojmo se stopiti v temo težkih trenutkov. Verjemimo, da smo tudi mi lahko kot gorčično zrno (Mr 4, 30-32), ki je v nekem trenutku majhno in na videz nepomembno, potopljeni v "temo", kjer potrebujemo čas, da začnemo kaliti in se razvijemo v rastlino, ki nudi zadovoljstvo, hrano, veselje in zatočišče. Ki nudi življenje – sebi in okolici. Le malo vere potrebujemo, da sprejmemo trenutni čas kot priložnost, da zraste nekaj novega.