

Slišanje glasov:

PRETEKLOST, PRIHODNOST, SEDANJOST

Sediva za mizo, pije čaj in se pogovarjava o svojih zgodbah ter o zgodbi prijateljice, ki se je – tako kot že kdaj midva – znašla v stiski pred novim življenjskim izzivom. Ta zgodba gre takole:

V glavi si venomer ponavljam spomin na dogodek iz preteklosti, izkušnjo, ki me je nekoč strla, me psihično zlomila, me oropala dostojanstva. Zdi se mi, kot da se utapljam v žlici vode, nikamor ne morem iz te preteklosti, ki me je zaznamovala in mi pustila notranjo stigmo, občutek, da sem »zajebala«, da nisem bila sposobna stvari dobro speljati in da je tudi zdaj ne bi bila sposobna. Prijatelji mi zdaj pravijo, da delam dramo, naj že neham s tem in grem naprej. Ker da zaradi stalnega razmišljanja o tej pretekli zgodbi ne vidim več sedanje realnosti, kjer se dogaja še marsikaj drugega, ter da zaradi obnavljanja preteklosti samo životarim. Pravijo, naj že enkrat spustim to preteklost.

V redu, minilo je leto ali dve, bila sem na bolniški, dobila svoje diagnoze, se umaknila, si lizala rane in se spet učila na novo živeti. A čutim, da imam zlomljena krila, ker sem si jih polomila na teh čereh preteklosti.

Zdaj pa se je odprla možnost, da se spet vrnem v prejšnje življenje, da spet poskusim s službo, ki me je ves ta čas čakala. A se spomnim, da mi je že enkrat spodletelo. Zato gledam v prihodnost ter preigravam možne situacije, ki bodo lahko tudi zelo podobne tisti, ob kateri sem se že enkrat zlomila. Strah me je, ali mi bo uspelo, ali bom zmogla vse te nove izzive. Stalno glodam to kost prihodnosti in ob misli, da se bom morda zlomila na teh istih čereh kot že enkrat prej, se vsak dan sesuvam. Ujeta sem v predvidevanje bodočih kritičnih situacij, ki se šele bodo zgodile, mogoče.

Vidim, da me lomi negativen pogled na situacijo, lomi me pogled, ki izhaja iz mojega strahu. Lomi me torej – ne situacija sama, saj te še ni, je še skrita v prihodnosti, v eni od možnih prihodnosti, ki bodo lahko ... kdo ve kakšne. A te prihodnosti ne obvladujem jaz, nanjo nimam prav dosti vpliva. Drugi mi bodo organizirali delo, sodelavce in še marsikaj.

Vidim, da v tem utapljanju, pa bodisi v spominjanju na preteklost bodisi v

fokusiranju na prihodnost, izgubljam svojo sedanjost. Izgubljam tudi trenutno realnost, nimam širše slike o realnosti, saj na vse gledam samo skozi svoj strah. Izgubljam samo sebe, saj se reduciram samo na svoj strah, obenem pa vem, da sem nekoč (bila) še kaj drugega kot samo klobčič strahu.

Zaradi svojih nekoč že zlomljenih kril in strahu podoživljam svoj neuspeh iz preteklosti in ga projiciram v prihodnost, neuspeh iz pretekle zgodbe preoblečem v drugo zgodbo, ki naj bi se zgodila v prihodnosti. S tem si ustvarjam svojo negativno prihodnost kot nek nerešljiv problem in ne prepoznam drugih možnosti, ki se lahko pojavijo v prihodnosti. V svojem stalnem vztrajanju v preteklosti ali prihodnosti zame ni več niti sedanjosti, razen tega strahu, kako bom naprej. Ker si zamišljam v prihodnosti druge zgodbe, ne prepoznam, da v resnici še vedno preigravam to isto svojo zgodbo iz preteklosti. Ne vidim rešitve bodočih izzivov, ker ne prepoznam tega, da je ta negativni izhod pravzaprav moj lastni prispevek v zgodbo, da to pravzaprav delam jaz sama.

Vidim, da potrebujem sedanjost. Da mi ni treba v mislih hiteti naprej, da mi ni treba delati ogromnih korakov in imeti vse že vnaprej rešeno, ampak da mi zadostujejo mali koraki v sedanjosti. Z vsakim od teh malih korakov se mi odpirajo nove možnosti in potrebne rešitve problemov v prihodnosti se bodo pokazale šele po mnogih takih malih korakih. Slepe ulice prihodnosti se bodo razvejale z mnogimi potmi in razprle v mnoge izhode iz kritičnih situacij, a tega ne morem natančno videti in predvideti zdaj. Ker pač še nisem tam. In ker prihodnost še ni napisana, ampak jo sestavljam in oblikujem tudi sama s svojimi malimi koraki iz sedanjosti. Občutek brezizhodnosti dobim zato, ker v mislih skočim predaleč naprej in predvidevam dogodek, ki ga še ni in ga mogoče sploh ne bo. Moram si dovolj zaupati in zaupati ljudem okrog sebe, da se bo izkazalo, da se mi bodo odpirale še mnoge poti, ki jih zdaj sploh ne morem videti.

Ne smem biti rigidna v svojem oklepanju predstave, da me bo prihodnost zlomila. Prenehati moram glodati to kost prihodnosti, razkleniti moram ta svoj krog



K. K. Volk

negativizma in pustiti, da se problemi prihodnosti preokvirijo sami v svojem času, ne pa da že sama določam, da mi ne more uspeli.

Tako razmišljava, pije čaj in sproti zapisuje svoje misli. Imava zaupanje v ta trenutek in v svoje misli in rečeva, da je pravi čas živeti v sedanjosti. Do česar lahko sploh ne prideš, če se utapljaš v preteklosti, kar se lahko zgodi tudi tako, da preveč glodaš kost prihodnosti. Kako bi dala naslov najinemu zapisu? Naj bo »Utapljanje v žlici preteklosti« ali »Glodanje kosti prihodnosti« ali »Čar sedanjosti«? Ah, naj bo kar »Preteklost, prihodnost, sedanjost«. Brez naslova. In upava, da bo vse tole najina prijateljica prebrala.

M + B

POVABILO

Odločila sem se, da bom živela več radosti. Že danes, nič več jutri ali pozneje.

Ko sem šla zvečer skozi mesto, sem jo čutila, kako diha z mladino v lokalnu. Sprehajala se je s sprehajalcema in bila v pozdravu, ki mi ga je namenil mimoidoči.

Pozdravila me je s praga, ko sem prišla domov.

Mojca Nahtigal

To gradivo je bilo izdelano v času, ko je bil projekt Slišanje glasov na društvu Kralji ulice vključen v projekt »Mreža slišanje glasov Zahodnega Balkana« (fondacija Tempus, program ERASMUS+; v trajanju 15.09.2018. do 14.07.2020) oz. je bilo s soglasjem avtorja/prevajalca objavljeno na domači strani projekta Slišanje glasov. *This material was produced in the framework of implementation of Erasmus+ project "West Balkan Hearing Voices Network" (15 September 2018 14 July 2020) by the Hearing Voices project at Kings of the Street Association.*



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

**KRALJI
ULICE**

