Baimė ir drąsa

Baimės, baimės, baimės... Atstūmimo baimė. Baimė suklysti. Baimė būti savimi.Vienatvės baimė. Praradimo baimė. Aukščio baimė. Gal... vorų baimė. Mirties baimė...

Didelės ir mažos tos baimės. Ir visos neišvengiamos. Visada šalia. Jos lydi mus nuo gimimo iki mirties. Kartais, jeigu labai pasiseka, gali nuo jų pabėgti, pasislėpti, ignoruoti, nežiūrėti baimei į akis. Tos baimės grįžta. Ir ką tada? Pasiduoti ir amžinai drebėti? Likti sukaustytam baimės? Liaudies išmintis sako, kad su baime – maža laimė. Pabandyti su baimėmis kovoti, įveikti jas? Ne kiekvienas pasirenka šį sunkesnį būdą, bet labiau atsiperkantį. Tam reikia drąsos. Pradžiai jos užteks trupinėlio, vos vos, paskui – dar šiek tiek, ir dar. Ir vienu momentu pajausim, kad lengviau kvėpuoti, kad pakeliam aukščiau galvą. Drąsą galime užsiauginti. Kaip sparnus.

Kaip atsiranda baimės? Daug galvojau apie tai. Ieškojau atsakymų keliaudama, ieškojau įvairiose knygose, kalbėdamasi su kitais žmonėmis. Baimes dažnai formuoja aplinka: namai, mokykla, pažįstami ir nepažįstami. Dar kartą namai. Tiksliau – žmonės, esantys tuose namuose. Baimių lyg sunarpliotų siūlų kamuolį gauname dar vaikystėje, o tada visą gyvenimą triūsam bandydami atrinkti, atnarplioti, išsiaiškinti, suvynioti ir kažkur padėti. Kai kurie žmonės net nenori šnekėti apie savo baimes ir teigia, kad jų iš viso neturi, nes galvoja, kad pripažinę jas pasidarys maži, silpni. Taip, galbūt kova su baimėmis iš dalies yra Sizifo darbas. Gal... Bet įveikę baimes sako, kad tada atsiveria akys, randa sprendimus iš visokiausių sudėtingų situacijų, kad tiesiog plačiai atsiveria durys naujoms patirtims, susitikimams su kitais žmonėmis, pagaliau – su savimi.

Dar sakoma, jog baimė iš savęs nėra toks jau blogas dalykas. Baimės tikslas (bent jau kažkada buvo) – mus apsaugoti. Todėl ir bijome aukščio, neįprastų, nepatirtų situacijų, nepažįstamų žmonių. Visa tai kelia mums nerimą ir suteikia itin nemalonų nežinomybės jausmą. Vieni žmonės labiau linkęs būti komforto zonoje: kiekvieną dieną žingsniuoti ta pačia gatve, eiti į tą pačią parduotuvę, valgyti jau gerai žinomą maistą ir lankytis tik ten, kur žino, jog jo niekas netrikdys. Kur viskas aišku. Kiti, atvirščiai – neria stačia galvą į naujus dalykus. Tik taip atsiveria naujos galimybės, patiriame nuotykių, išmokstame kažką naujo, išgyvename visokiausių jausmų ir emocijų. Pagardiname savo gyvenimą.

Į savo pamąstymus apie baimę ir drąsą norėčiau įpinti ir jaukų pokalbį su vienuole.

Savanoriauju Pumpėnų Jaunimo dienose, lankau įvairius jaunimui skirtus užsiėmimus čia esančiame vienuolyne ir ką matau – vienuolės visada laimingos, visada šypsosi, tiesiog spinduliuoja džiaugsmą! Tiesiog švyti! Man pasidarė smalsu, ar žmogus, pašventęs savo gyvenimą Dievui, kažko bijo? Nusprendžiau apie tai paklausti vienuolės Aušros.

Smalsauju, koks vienuolės Aušros santykis su baimėmis ir ar dažnai tenka su jomis

susidurti? O drąsa? Ar vienuolės drąsios?

Vienuolė sako, kad baimė jai retai pakiša koją. Jos manymu, *yra įvairių rūšių baimių, bet gilesnės yra dvasinės, kurios gali remtis mūsų puikybe, nes nenorime suklysti, apsijuokti, parodyti savo klaidų ar nemokėjimo, abejingumo, netobulumų, todėl slapstome jas po kažko nedarymu, ir taip baimes patys užsiauginame savyje (...). Tačiau, kai žinai, kad gyveni sąžiningai ir nuoširdžiai, kasdienybėje sieki gėrio sau ir aplinkiniams, stengdamasis ne pakenkti, o padėti, tai nebūna baimės. Žmogus labiausiai jaučia baimę, kai giliai viduje žino, kad elgiasi ir daro kai kuriuos dalykus ne visai teisingai. Visi turime momentų ar nutikimų, kuomet baimės paima viršų ir mus apriboja. Tačiau būna, kai nutinka priešingai – kovoje laimime mes. Kovojame su baimėmis, nerimu, neužtikrintumu ir kartais padarome tai, kas atrodo labai sunku ar beveik neįmanoma, pavyzdžiui: pasakyti svarbų dalyką artimam žmogui, nežinant, kaip jis sureaguos, imtis naujo darbo, kai nesi užtikrintas, ar pavyks jį atlikti gerai (...).*

O apie drąsą vienuolė atsakė taip:

Drąsa įžengia tada, kaip mes pasitikime savimi ir nesame prisirišę prie vienintelio galutinio – pasisekimo varianto, taigi esame pasirengę galbūt patirti vadinamą „nesėkmę“, kuri visgi yra vertinga, galinti kažko pamokyti, suteikti patirties, tad ir tai yra gerai. Kad iš tiesų galėtume save vadinti drąsiais, reikia pažinti ne tik save, savo realius gebėjimus, talentus, bet taip pat ir savo trūkumus, neišaukštinti, bet ir nenuvertinti savęs, tiesiog būti tikrais pačiais savimi. Jei darome kažką dėl gero tikslo, su pagarba sau ir kitiems, kodėl tad nebūti drąsiems?! (...)

Tad ko bijoti, jei darai gerus darbus? Juk liaudies išmintis sako, kad „Bailus žmogus miršta daug kartų, drąsus – tik kartą.

Saulė Gaigalaitė