

ŠTO UČINITI
**KAD SE TRESE
TLO POD NOGAMA**

Vladimir Hobljaj



DARUVAR, Masarykova 54

2021

Vladimir Hobljaj
ŠTO UČINITI
KAD SE TRESE TLO POD NOGAMA

Urednik: Dražen Hrženjak
Lektura: Nataša Sulić
Korektura: Oliver Bešić, prof.
Barbara Hamp, prof.
Fotografija naslovnice: REUTERS/PIXSELL
Naslovnica: Denis Perčić, Studio Recí Da
Grafički urednik: Ivan Goričanec, Studio Recí Da
Za nakladnika: Zdravko Konecky, prof. ing.

Izdavači: Logos d.o.o., Masarykova 54, Daruvar
Nada za život, Trakošćanska 22, Varaždin
Udruga veterana, vojnika i domoljuba
Prilaz B. Filipovića 24, Zagreb

Tisak: Logos d.o.o., Daruvar

ISBN 978-953-8074-31-8

CIP zapis je dostupan u računalnom katalogu Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu pod brojem 001111001

Copyright © 2021 Vladimir Hobljaj
Copyright © za hrvatsko izdanje:
Logos, Daruvar

Ako nije drukčije navedeno,
svi biblijski citati korišteni u knjizi
preuzeti su iz Biblije u izdanju
Kršćanske sadašnjosti.

SADRŽAJ

Predgovor	5
1. Kad nam se tlo tresе	9
Kad se tlo tresе	9
Kad se ljudi tresu	14
Kad se sve ostalo tresе	18
Što učiniti kad se ništa ne može učiniti?	22
Što učiniti kad se nešto može učiniti?	25
Pogled prema gore	33
2. Kad je Bog daleko	39
Job	39
Bog kojeg nema	43
Bog koji ne mari	49
Bog koji šuti	56
Kad smo mi daleko	60
3. Kad je Bog blizu	63
Bog koji sluša	63
Bog koji govori	67
Bog koji nam piše	73
Bog koji nas izvještava	76
Bog koji tješi i hrabri	80

4. Kad nas Bog posjeti	85
Noć kad nas je Bog posjetio	85
Tko je naš posjetitelj?	91
Bog koji s nama pati	102
Bog nas i danas posjećuje	106
5. Kad Bog postane nada	111
Bog koji poučava	111
Graditi na sigurnim temeljima	118
Bog koji zove i obećava	125
Bog koji čini čuda	133
6. Novi život iz ruševina	141
Pogledati istini u oči	141
U nadi je spas	145
Statičari na terenu	153
Novi temelji za novi život	163
Nove odluke za novi početak	178
Nove navike za nove blagoslove	187
Nova sadašnjost za novu budućnost	199
O autoru	208

Predgovor

Susret s ljudskom patnjom uvijek je opterećujući. Nije lako ponuditi nadu ljudima koji se nađu u ponoru straha i boli. Ovo tim više ako onaj koji tješi i sam nije iskusio nešto od nevolje onih kojima se obraća.

Kako ja osobno nisam iskusio agoniju potresa, dugo sam se kolebao imam li uopće pravo pisati knjigu na ovu osjetljivu temu, pa bilo to i krajnje dobronamjerno. Ako moja kuća i moja obitelj nisu stradali, imam li dopuštenje nešto reći onima kojima se u nekoliko sekundi užasa pred očima urušilo sve što su cijelog života stvarali?

Ipak, mislim da mogu i da trebam. Jer problem potresa i nije samo u patnji. Osim proživljene traume i materijalnih šteta, potresi nam svima zorno ukazuju na potrebu i važnost temelja na koje se želimo osloniti. Bez obzira na to radi li se o fizičkom urušavanju kuća ili krizama neke druge naravi, potresi su bolna provjera pouzdanosti vrijednosti na kojima temeljimo svoje živote. O takvim temeljima obično i ne razmišljamo previše dok nam se, na ovaj ili onaj način, ne zatrese tlo pod nogama. A tih uznemirujućih provjera nitko nije pošteden, nisam bio ni ja.

Jedna takva bilo mi je iskustvo rata na samoj bojišnici u rano proljeće 1992. godine. Noć u kojoj je jedino svjetlo bilo od metaka rasvijetlila je moju nemoć pred prijetnjom stradanja ili pomisli da bih svojim metkom nekom nepoznatom djetetu mogao oduzeti oca. Nešto slično osjetio sam i nekoliko mjeseci ranije kad sam u naručju držao svoje prvo, tada jednogodišnje dijete, dok je kolona tenkova pokraj naše kuće namjeravala prijeći preko miniranog mosta.

Iako su dramatične okolnosti iznimka, životne turbulencije nisu. U svom dvadesetogodišnjem poduzetničkom iskustvu bilo je i previše dana kad sam se osjećao kao da mi se trese tlo pod nogama. No, iskustvo koje mi je bilo presudno da se odvažim pisati knjigu na ovu temu bilo je ustrajno traganje za temeljem života koji mi je obilježilo veći dio mladosti. Tada nisam znao da će mi depresija proizašla iz nemirenja s površnošću biti nešto najbolje što mi se u životu dogodilo. Ona me navela da tražim odgovore po knjižarama i crkvama, u religijama i filozofijama, u umjetnosti i ljubavi, među ljudima i zvjezdama. U toj potrazi nisam mogao zaobići fenomen Isusa Krista u kojem sam 1988. godine pronašao konačno utočište i pouzdan temelj za koji sam se od onda nebrojeno puta uvjerio da može izdržati sve krize, potrese i oluje.

A budući da sam depresiju smatrao nepobjedivim neprijateljem, s oduševljenjem sam prihvatio ponudu tečajeva iz kršćanskog savjetovanja u okviru organizacije „Grace Ministries International“ iz Atlante, SAD. Novootkrivene spoznaje uvjerile su me da postoje odgovori na teška pitanja i da ih je potrebno govoriti. To me navelo da osnujem udruhu za kršćansko savjetovanje „Nada za život“ unutar koje sam bio svjedok mnogim životnim krizama ljudi kojima se

dramatično treslo tlo pod nogama, ali i mnogim čudesnim rješenjima njihovih tegoba i strahova.

Na kraju, kao posvojitelj i udomitelj, imao sam prilike svjedočiti životnim potresima onih koji su na potrese najmanje spremni - djece bez odgovarajuće roditeljske skrbi. Njima je najteže objasniti tko im je i zašto razorio najvažniji temelj života - roditeljsku ljubav i toplinu obitelji. Neposredno svjedočanstvo velikog preokreta u njihovim životima dalo mi je dodatnu potvrdu da postoji izlaz iz životnih kriza.

Sva ta iskustva obogatila su mi život i učinila mi se dovoljnim razlogom da pišem i govorim da život na sigurnim temeljima nije iluzija. Želio bih ovom knjigom čitateljima koji su doživjeli strahote potresa ili životnu krizu bilo koje vrste ponuditi iskrenu i uvjerljivu nadu, ali i više od toga. Želio bih da knjiga bude svima poticaj na susret života s Bogom koji nas je stvorio, koji najbolje razumije i nas i naše okolnosti te je nerijetko i jedini konačni odgovor na njih.

No, zašto čekati da nam se dogodi potres da bismo digli svoje oči prema nebu? Moja je velika želja za sve koji žele zastati i promisliti o svom putu kroz prolaznost, da im ova knjiga otvori nove vidike i pruži jedno novo iskustvo života mira, spokoja i radosti.

1. Kad nam se tlo trese

Kad se tlo trese

Godina 2020. približavala se svome kraju. U uobičajenoj prednovogodišnjoj euforiji koja samo što nije kulminirala ponoćnim odbrojavanjem i čestitkama, mnogi su se živo nadali da će 2021. biti bolja. Pa može li uopće biti gora od one na odlasku? Nekako smo naučili vjerovati da nam sreća dolazi s kalendarskom promjenom koju slavimo u najluđoj noći u godini. A zaista smo htjeli odahnuti, nadajući se da je 2020. bila samo ružni san koji se neće ponoviti. Bilo je zbilja nevjerojatno da bi se usred pandemije virusom, protiv kojeg tad nije bilo ni lijeka ni cjepiva, mogla dogoditi još jedna velika tragedija. A dogodila se. Usred sveopćeg zaključavanja, ili kako se to na lijepom hrvatskom kaže, *lockdowna*, koji se činio kao neki nestvaran društveni eksperiment, u najgore moguće vrijeme Zagreb i okolicu pogodio je potres.

Sjećam se kako me tog jutra naglo probudilo neugodno drmanje. Odmah sam uključio televiziju da vidim gdje je bio epicentar i kakvi su bili razmjeri. I tek što se polako počela otkrivati šteta koju je potres napravio, kad su se najednom svi u studiju uskomešali jer se u tom trenutku tlo upravo ponovno zatreslo. No, ono što je meni bilo naročito neobično

iskustvo, nakon samo 2-3 sekunde kako sam i sâm iznenađeno gledao potres na televiziji, zatresla se ponovno i moja soba. Kao da sam isti zemljotres proživio dva puta uzastopce. Bio sam fasciniran brzinom tih valova kojima je trebalo samo nekoliko sekundi od Zagreba do mog Mursko Središća. Stotinjak kilometara u samo 2-3 sekunde? Koja je to sila prirode! Hvala Bogu, osim neugodnog osjećaja, na našoj kući nije bilo štete.

No, šok koji su tog jutra proživljavali Zagrepčani bio je neusporedivo dramatičniji i tih će nekoliko sekundi mnogima ostati urezano u pamćenje za cijeli život. Bilo je pomalo nestvarno gledati kako nesretni ljudi bježe iz stanova kako bi spasili živu glavu bez obzira što je zbog Covida-19 na snazi bila zabrana izlaska. Kao da su nas istovremeno napala dva neprijatelja - jedan nevidljiv, drugi nepredvidljiv. Zbog jednog se nije smjelo izaći iz kuće, zbog drugog se nije smjelo ostati u njoj. Da nije tragično, bilo bi gotovo smiješno.

A smiješno nije bilo nikako. Mnogi su tog jutra na ulici srećali svoje susjede i izmjenjivali riječi podrške, ali na nekom čudnom odstojanju, baš onda kad im je svima najviše trebao kontakt i utjeha. Ljudi su se zatvarali u aute - sjedili, grijali se i slušali vijesti, a neki se i odvezli van grada iz straha od novih potresa. Vrijeme je prolazilo, ljudi su zvali svoje bližnje i oni su zvali njih. Nakon nekog vremena polako su se i oprezno počeli vraćati kući, gladni i znatiželjni da saznaju u kakvom su im stanju stanovi. Stanari užeg centra grada nalazili su srušene police i knjige, pukotine u zidovima i razasutu žbuku po podovima. Navečer je trebalo skupiti hrabrosti za leći u one iste krevete iz kojih ih je tog jutra istjerala zloslutna tutnjava.

Zagreb je tog dana bio grad na koljenima. Policajci, vatrogasci, civilna zaštita i ostale službe posvuda su čistili i

uklanjali dimnjake i oštećene dijelove zgrada. U potresu su stradale i mnoge bolnice pa je bilo mučno gledati pacijente, roditelje i medicinsko osoblje na ulicama. Zbog oštećenih škola mnogi su učenici bili premješteni u sigurnije zgrade. Po kulturnim su ustanovama predmeti od neprocjenjive vrijednosti ležali razbacani i slomljeni. Crkve, koje bi trebale predstavljati prostore mira, sigurnosti i utjehe, postale su sablasne slike ruševina. Nije bila pošteđena ni sama katedrala. Ukupna šteta procijenjena je na 86 milijardi kuna, što je čak 60 posto godišnjeg državnog proračuna.

U isto je vrijeme nevidljiva epidemija, kao neka zlokobna avet, i nadalje bila tu, samo smo se s vremenom bili primorani privikavati na to neko novo normalno koje je bilo sve drugo samo ne normalno.

A onda se dogodila Petrinja.

U utorak, 29. prosinca 2020. u 12:17 sati nazvala me jedna prijateljica s kojom se godinama nisam čuo. I tek što smo započeli razgovor, ona me naglo prekinula upozorenjem na potres. S obzirom na to da je dan ranije zaista bio potres u Petrinji, mislio sam da misli na taj, kad ono, samo sekund-dvije nakon njene uznemirene reakcije odjednom se i kod mene sve počelo tresti. Još jednom sam imao prilike isti potres doživjeti dva puta zaredom.

Brzo sam išao potražiti više informacija i saznao da je Petrinju i okolicu pogodio potres magnitude 6,4 prema Richterovoj ljestvici, što je po oslobođenoj energiji bilo čak trideset puta jače od potresa koji je u ožujku potresao Zagreb. Taj mi je podatak zvučao naprosto nadrealno, kao i slike s terena koje su bile doista potresne. Jedan od snimatelja koji su prenosili konferenciju za novinare gradonačelnika Dumbovića zadržao je fokus svoje kamere i snimio trenutke užasa –

podrhtavanje, vriskove, paniku, ljude koji se jedva drže na nogama, rušenje zgrada u pozadini, golemi oblak prašine i gradonačelnika kako kroz suze govori da mu se pred očima pola grada urušilo.

Bilanca potresa na Banovini bila je sedmero poginulih, dvadesetak ozlijeđenih te golema materijalna šteta. Prijavljeno je više od 47 tisuća oštećenih objekata, od kojih je potpuno uništeno bilo više od 4 tisuće.

Nažalost, kao što narodna poslovice kaže da nevolja nikad ne dolazi sama, samo nekoliko dana nakon potresa dodatni strah i jezu počele su izazivati vrtače, velike zlokobne rupe kružnog oblika koje su bile neočekivana posljedica tektonskih poremećaja. Između Petrinje i Hrvatske Kostajnice uočen ih je velik broj, ponajviše u selu Mečenčani gdje ih se u vrijeme pisanja ove knjige u poljima i dvorištima otvorilo čak 90. Zbog kiše i snijega vrtače se dodatno urušavaju i stalno im se povećava promjer, najveća je dosad široka čak 25 i duboka 13 metara. Teško je i zamisliti tjeskobu ljudi koji danomice žive u strepnji da bi se neka nova mogla otvoriti ispod njihovih kuća i dvorišta.

No, čak ni to nije iscrpilo popis njihovih nedaća. Naime, mnogi su zbog proživljenih trauma postali vrlo razdražljivi pa u takvom stanju nije teško reći neku krivu riječ krivoj osobi u krivo vrijeme i pokrenuti dodatnu spiralu patnje. Iako je glumac Michael Imperioli rekao da je u vremenima kaosa i trauma najvažnije držati na okupu svoje najbliže, mnogima je upravo obitelj postala mjesto nove opasnosti i straha. Naime, dugotrajnim smještajem u skućenim kontejnerima, na dodatnom su se iskušenju našli i unutarobiteljski odnosi pa su obiteljsko nasilje i poremećeni odnosi postali žalosna, ali očekivana posljedica povišene razine stresa. To su, nažalost,

potvrdile i statistike podatkom da je nakon potresa u provincu u Sisačko-moslavačkoj županiji došlo do čak 50-postotnog povećanja broja žrtava obiteljskog nasilja.

Iako su materijalne štete potresa enormne, čini se da su najveće žrtve postali upravo sami ljudi – njihova mentalna, psihička, emotivna, duševna i socijalna stanja.

Kad se ljudi tresu

Doista, potresom su najviše oštećeni sami ljudi koji su se zbog nastale štete, a još više zbog dugotrajnih pratećih potresa, našli u stanju kontinuiranog šoka, traume, straha i tjeskobe. Ni krivima ni dužnima, mnogima se zaljuljalo sve na što su se do tada oslanjali.

To se ponajprije odnosi na samo tlo koje naša podsvijest doživljava kao osnovu svake stabilnosti. Kad se ujutro probudimo i spustimo noge, očekujemo da će pod biti tu. Jednog

*Koliko god bili
hrabri ili mudri,
drhtite kad
zemlja zadrhti.
To je senzacija
zajednička svima
koju nitko ne
može poreći.
Paul Gauguin*

dana može sijati sunce, drugoga padati kiša, jednog dana biti toplo, a drugoga hladno, jednoga će dana ljudi biti ljubazni, drugoga ne, no od zemlje očekujemo da je stalno ista, čvrsta i pouzdana. Ona je temeljna podloga kući u kojoj spavamo, autu kojim se vozimo i nogama kojima hodamo. Zato potresi nisu dramatični samo zbog materijalnih šteta, izgubljenih života i fizičkih ozljeda, već su strašni i zato jer nam se ljulja oslonac svih oslonaca. A posljedica svega je gubitak osobnog mira, staloženosti, optimizma i nade. To je

drama u kojoj se ljudi plaše što su živi, a boje se da će umrijeti. I dok se kuće mogu iznova izgraditi, ožiljci na duši često ostaju trajni.

Teško je i zamisliti sve osjećaje tjeskobe, straha i panike ljudi koji svojim očima gledaju kako im se vlastiti dom urušava dok nastoje spasiti živu glavu. Osim što su neugodni, ti osjećaji služe i tome da povećaju sposobnost suočavanja s krizom

jer mobiliziraju sve resurse organizma da je prevlada. No, duža izloženost tolikom naprezanju dovodi do preopterećenosti i kolapsa, a nerijetko i do dugotrajnih psiholoških i emotivnih oštećenja.

Stanje nadvladanosti nazivamo šokom, posljedicu na psihičko i fizičko zdravlje traumom, a produljen ili odgođen odgovor na takve pritiske posttraumatskim stresnim poremećajem. PTSP je složeno stanje koje se vezuje uz tri skupine simptoma:

1. naknadno proživljavanje traume kroz snove ili sjećanja
2. izbjegavanje mjesta koja se povezuju s traumom
3. kontinuirana uznemirenost u vidu nesanice, razdražljivosti i pretjeranog opreza.

Američka psihijatrica, Judith Lewis Herman, definirala je PTSP stanjem u kojem ljudski sustav prelazi u trajnu uzbu-
nu, kao da bi se opasnost mogla svakog trenutka vratiti, dok ga je pisac Tom Glenn nazvao ranom na duši koja nikad ne zacjeljuje.

Dodatni problem s kojim se stradalnici potresa suočavaju iznenadni je prekid rutine i predvidljivosti. Osim samih kuća, u samo nekoliko sekundi potres je mnogima srušio planove, očekivanja i mogućnosti na koje su računali. U isto

vrijeme im je poremećaj rasporeda stvorio višak vremena koji im zaokuplja misli nesrećom i što, opet, povratno povećava stres pa time dovodi do začaranog kruga nemira. Uz sve to, nagle promjene zahtijevaju snalaženje u novim i nepoznatim okolnostima, pa onda i odlučivanje postaje otežano, a

*Nikad ne znaš
koliko si jak, sve
dok ti biti jak ne
bude jedini izbor
koji ti preostane.*
Bob Marley

mogućnosti ograničene, zbog čega se mnogi osjećaju zbu-
njeno i opterećeno.

Nadalje, zbog nastalih šteta i poremećenih planova, ljudima veliki problem postaje i tjeskoba potaknuta strahom od budućnosti. Taj strah poput prijetećeg sivog oblaka zloslutno lebdi iznad glave – što će biti sutra? – što će biti s kućom, s poslom? – što sa stokom? – hoće li biti dovoljno pomoći? Zanimljivo je da sama sadašnjost nikada toliko ne boli kao kad je stavimo u kontekst budućnosti. Nikome neće biti problem jednu noć prespavati u tuđem krevetu i tuđoj kući, no bojazan da možda više neće imati svoj krevet i svoj dom bol može učiniti nepodnošljivom. Čak ako u sadašnjem trenutku imamo sve što nam je potrebno, neizvjesna budućnost može poput kiseline nagrizati našu dušu ili što je već ostalo od nje.

Osim osobne, u Banovini postoji još i zajednička neizvjesnost u vezi s budućnošću – iseljavanje. Ono je počelo još od kraja Domovinskog rata, ponajprije među mladima koji su izgubili perspektivu i vjeru da ondje mogu sebi izgraditi smisleni život, zbog čega je ovo područje gospodarski i demografski oslabljeno, a što je onda dodatno potaklo mlade na iseljavanje. Sad se ovaj začarani krug još i pojačao potresom. U vrijeme pisanja ove knjige 105 učenika se ispisalo iz tri petrinjske osnovne škole, što znači da se isto toliko obitelji odselilo.

Među tri hrvatska grada iz kojih se u posljednjih deset godina iselilo najviše stanovništva upravo su Petrinja i Sisak. Iako je Sisak lijep grad na tri rijeke, s bogatom poviješću i industrijskom prošlošću, u zadnje se vrijeme sve više naziva gradom slučajem i slijepim crijevom Hrvatske. Dok su u njemu radile tvornice, bio je sinonim za zagađenost zraka, a sada je sinonim za propast gospodarstva. Prije tri desetljeća Sisak je imao 30 posto više stanovnika i svaki drugi je radio u

industriji koje više nema ili je spala na ostatke. Iako se Petrinja nalazi samo pola sata vožnje od zagrebačke zračne luke, grad ostavlja dojam kao da je zaboravljen na kraju svijeta. Ugasilo se sve što je vrijedilo, a obnovilo malo toga. Ostali su samo starci po okolnim selima i umirovljenici u gradu.

Poslovice 'Svaki početak je težak' teško se može igdje uočiti toliko obeshrabrujućom kao na potresom pogođenoj Banovini. Od svih početaka, graditi kuću je i inače jedan od najtežih. Možda još i ne toliko dok je čovjek mlad, pun elana i životne energije pa u novogradnji vidi ostvarenje svog osamostaljenja. No, sve to postaje teže s godinama, i to ne samo zbog pada životne energije, nego i nedostatka motiva da nešto učini za godine koje su preostale. Uz to, puno je lakše graditi nešto novo nego obnavljati izgubljeno, naročito ako se to ponavlja. Zbilja, kako će oni koji su svoje kuće podizali nakon zgarišta nedavnog rata u svojim poznim godinama skupiti snage za još jedan početak?

Iako se unesrećeni mogu nadati pomoći šire društvene zajednice, izazov je ogroman. Možda su upravo u takvim trenucima potrebne riječi ohrabrenja kakve nalazimo u Bibliji:

„Mladići se more i malakšu, iznemogli, momci posrću. Al' onima što se u Boga uzdaju snaga se obnavlja, krila im rastu kao orlovima, trče i ne sustaju, hode i ne more se.“

– Knjiga proroka Izaije 40:30-31

Jesu li te riječi samo vjerske fraze neke davno zaboravljene prošlosti ili još uvijek aktualna poruka ohrabrenja živoga Boga? U uvjerenosti da se radi o potonjem, ova je knjiga napisana u nadi da može biti korisna svima koji trebaju skupiti snagu za novi početak.

Kad se sve ostalo trese

Velike tragedije događaju se svako malo diljem svijeta. Pa ipak, dok su negdje daleko, one su tek vijest u medijima. Ponekad nas i gane pokoji prizor, ali nas to i brzo prođe. No, kad se nešto dramatično dogodi u našoj neposrednoj blizini, onda bol postane stvarna i ne prolazi ni brzo ni lako. Tako su nas trenuci užasa na Banovini ponovno podsjetili na to koliko je krhak ovaj život. Svi smo postali svjesni realnosti da nam se sasvim nenadano mogu dogoditi promjene takvog obima da više ne znamo kako dalje. Štoviše, ovaj nam potres može biti na neki način i ilustracija svih drugih mogućih potresa koji nam u životu prijete.

Mi, naime, svoj život svjesno ili nesvjesno oslanjamo na različite temelje. Stabilnost tih temelja presudna nam je da se možemo osjećati sigurno i imati uporište u svemu što radimo i jesmo. Često ih uzimamo zdravo za gotovo dok se ne dogodi nešto što nam prouzroči traumu.

Jedan od takvih dramatičnih potresa koji je ne tako davno pogodio našu zemlju bio je svakako Domovinski rat. U četiri godine rata poginulo je više od 16 tisuća civila i branitelja, zatočeno i nestalo više od 100 tisuća ljudi, ranjeno oko 38 tisuća, a prognano i izbjeglo oko 500 tisuća do 700 tisuća osoba. Osjetili smo ga svi, ali je neke krajeve Hrvatske pogodio izuzetno teško, među njima i stanovnike Banovine. Rat je tamo bio krvaviji nego drugdje i za posljedicu je imao veliko iseljavanje stanovništva.

Rat je doista jedno od najintenzivnijih i najbolnijih iskustava s kojim se čovjek u svom kratkom životu može susresti. Osim što je potres sam po sebi, rat tektonski dovodi i do mnogih drugih potresa od psiholoških, obiteljskih, poslovnih,

društvenih i političkih. A koliko su svi ti potresi strašni i koliko su dugotrajne njihove posljedice, govore mnoge razorene obitelji, izgubljene nade, razočaranja, pa sve do onog najtežeg - tisuće samoubojstava onih kojima se rat u duši nikad nije prestao tresti.

Trauma rata puno je više od samih događaja koji su se urezali u pamćenje. Radi se o složenom slijedu okolnosti koje su se svojom dinamikom nastavile odvijati i nakon rata ostavljajući dramatične, često trajne i nepopravljive ožiljke na duši stradalnika. Oni se očituju u vidu narušenog tjelesnog i psihičkog zdravlja, radne sposobnosti, poremećenih obiteljskih i društvenih odnosa, gubitka ugleda, financijskih gubitaka, izgubljenog vremena i nekih zauvijek izgubljenih prilika. Ratne rane mnogima nikad nisu zacijelile i među nama još uvijek žive ljudi koji tu stranicu jednostavno na znaju zatvoriti. U prilog tome govori i jedan citat nepoznatog autora koji sam nedavno našao na internetu: „Kad pitate veterane kada su zadnji put bili ‘tamo’, znajte da je u mnogim slučajevima pravi odgovor ‘prošle noći.’“

Iako se Hrvatska nalazi na politički osjetljivom i trusnom području, vrijeme u kojem živimo otkriva nam da se i ostatak svijeta trese puno više nego smo još donedavno mogli pretpostaviti. Tako je jedan mali, oku nevidljiv virus, koji je došao niotkuda, potresao cijeli svijet, uključujući i najveće ekonomske, političke i vojne sile. Pandemija je poremetila rutine na koje smo se oslanjali i način života kakvog smo poznavali. Već dugo je u upotrebi termin ‘novo normalno’ koji nas podsjeća na to da se ono što smo ranije smatrali normalnim jednostavno urušilo u tom čudnom potresu. Mnogi se čak pribojavaju da u budućnosti možemo očekivati više sličnih potresa uzrokovanih novim nepoznatim bolestima i epidemijama.

Nadalje, propast jedne velike američke banke 2008. godine potresao je tržišta i financije gotovo cijeloga svijeta. Napadi na tornjeve blizance u New Yorku 2001. godine nisu samo bili veliki politički i sigurnosni potres za SAD, nego i za cijeli svijet. To još i danas osjećamo u vidu pooštrenih sigurnosnih protokola kod putovanja. Migrantski valovi koji su 2015. godine pokrenuti prema Europi snažno su potresli političke okolnosti cijelog kontinenta. U zemljama gdje su se pridošlice naselile u većem broju, potresli su se neki raniji načini života. Izlazak Velike Britanije iz EU-a ozbiljno je potresao ostatak bloka država kojemu pripada i Hrvatska. Nedavni dramatični izbori u SAD-u također su jedan od potresa koji se osjetio i osjećat će se diljem svijeta, kao i povratak talibana na vlast u Afganistanu, a sve u ozračju prijetećih i rastućih tenzija Zapada s Rusijom i Kinom. Zastoj jednog jedinog teretnog broda u Sueskom kanalu potresao je globalni sustav distribucije roba i sirovina. Uz sve to, događaju nam se i potresi u području klimatskih promjena pa se mnogi pribojavaju da možemo očekivati još jače migracije te nestašice pitke vode, zbog čega bi opet mogli izbiti i neki novi ratovi.

Međutim, ne događaju se potresi samo na svjetskoj areni. Prečesto smo političkim i gospodarskim potresima izloženi i unutar naše zemlje. Nebrojani skandali i nedavne afere u pravosuđu uzrokuju potrese zbog kojih gubimo povjerenje u cijeli sustav, dok smo se na sveprisutnu korupciju, nažalost, već i privikli.

No, kad se potres dogodi u osobnom životu, on se svakome čini najrazornijim. To mogu biti prave drame i tragedije koje nam u jednom trenutku cijeli život pretvore u ruševinu. Možda se nešto takvo i tebi dogodilo pa si upravo iz tog

razloga i uzeo ili uzela ovu knjigu i čitaš je u nadi da će ti pomoći preživjeti tvoje osobne potrese.

Ako si mladić ili djevojka, možda još plačeš zbog neuzvratačne ljubavi. Možda si tinejdžer kojeg roditelji ne razumiju, a školski ti je imenik pun jedinica? Ili si pao na prijemnom ispitu pa se nisi uspio ili uspjela upisati na fakultet? A možda se nakon uspješno završenog školovanja bojiš izazova zaposlenja? Možda te loše društvo navelo da učiniš neke pogrešne, možda i grozne stvari iz kojih se ne znaš izvući?

Ako ste roditelj, možda vam je teško što vas je vlastito dijete napustilo. Ili ste majka kojoj se rodilo bolesno dijete? Ili dijete bez roditelja koje živi u ustanovi gdje pokušavaš sagraditi nekakav život na ruševinama izgubljene roditeljske ljubavi? A možda ste završili u braku koji je počeo prekrasnim obećanjima, a pretvorio se u pakao. Možda je preljub oskrvnuo vašu bračnu postelju ili čak prolazite i agoniju bračnog zlostavljanja. Ili ste pretrpjeli štete u vidu provale, potopa, požara ili prometne nesreće. Ili ste možda doživjeli brodolom u svom poslovanju, možda i bankrotirali pa time izgubili svaku nadu.

Možda ste došli u treću dob svog života u kojoj osjećate gubitak osobne vrijednosti i financijske strahove zbog premale mirovine. Ili možda ležite u krevetu s dijagnozom neizlječive bolesti zbog koje vam je ostalo još samo malo života. A možda vam je netko od bližnjih na umoru ili je nedavno otišao s ovoga svijeta.

Sve su to potresi koji nas ostavljaju u ruševinama iz kojih često ne znamo izaći. Kome se obratiti, što učiniti kad nam se potrese tlo pod nogama?

Što učiniti kad se ništa ne može učiniti?

Jedna od najtežih situacija u kojoj se netko može naći stanje je potpune bespomoćnosti. Onoga kome je potres u nekoli-

Najusamljeniji trenutak u nečijem životu je kad promatra kako mu se cijeli svijet raspada, a sve što može je samo buljiti u prazno.

F. Scott Fitzgerald

ko sekundi 'zemljina gnjeva' uništio sav život, očekivano će preplaviti osjećaji jada, napuštenosti i prepuštenosti, boli i užasa, bespomoćnosti i beznađa. U takvim je okolnostima teško suvislo razmišljati pa ljudi spontano podliježu uvjerenju kako više nema nade ni budućnosti jer nemaju ni snage, ni ideja, ni resursa za ići dalje.

Ako želimo pomoći takvoj osobi, uz svu praktičnu pomoć moramo joj prije svega ponuditi iskreno razumijevanje. Uvažavanje i slušanje

puno su korisniji od nesmotrenog dijeljenja savjeta ili nagovaranja na pozitivan stav. Netko je to sugestivno izrazio na pomalo poetski način:

Slušaj! Kad tražim da me slušaš, a ti počneš davati savjete, ne činiš ono što tražim od tebe. Kad tražim da me slušaš, a ti mi počneš govoriti zašto se ne bih trebao tako osjećati, prevario si moje osjećaje. Kad tražim da me slušaš, a ti misliš da moraš nešto učiniti da bi riješio moj problem, ti si me zapravo iznevjerio, koliko god to čudno zvučalo. Slušaj. Sve što tražim je da slušaš. Ne da govoriš ili činiš nešto, samo me slušaj i poslušaj. Ja mogu i sam. Nisam bespomoćan. Možda obeshrabren i neodlučan, ali ne i

bespomoćan. Kad učiniš nešto za mene što ja i sam mogu, pridodaješ mome strahu i slabosti, ali kad prihvaćaš kao jednostavnu činjenicu da ja osjećam to što osjećam, bez obzira koliko iracionalno to bilo, tad mogu prestati pokušavati uvjeriti te, i mogu se pozabaviti razumijevanjem onog što je iza tog iracionalnog osjećaja. A kad je i to jasno, odgovori su očiti i ja ne trebam savjet.

Zato će oni koji su i sami doživjeli neki vid beznađa biti puno spremniji utješiti druge koje je potres bilo koje naravi ostavio u ruševinama. Ipak, treba uzeti u obzir da bespomoćnost može biti i naučena. A kao i sva druga uvjerenja koja se stječu kroz život, i bespomoćnost nam se s vremenom može nametnuti kao obrambeni mehanizam u suočavanju s preprekama života. Američka glumica Ebonee Davis zapazila je da se „ljudi nekad boje izliječiti jer im je cjelokupni identitet usredotočen na traumu koju su proživjeli. Oni nemaju pojma tko su izvan traume i ta nepoznanica im je zastrašujuća.“

Dobra strana Hrvatske

Koliko god se to paradoksalnim činilo, bespomoćnost ima i svoju dobru stranu. Jedna od najdragocjenijih je spoznaja da trebamo druge da nam pomognu. I upravo to daje našem život okus humanosti. Možda nas je ovaj potres naučio da je sve materijalno što nas okružuje krhko i prolazno i da na kraju ostaje samo način na koji se odnosimo jedni prema drugima. Zato je bilo tako dirljivo vidjeti kako je reagirala Hrvatska na bol i patnju jednog svog dijela. Za razliku od uobičajenih negativističkih stavova koji prevladavaju na internetu, u medijima i političkom životu, najednom se

dogodila eksplozija dobrote. Iz svih krajeva Hrvatske u Petrinju i okolicu spontano se slijevalo tisuće volontera koji su po cijele dane dijelili namirnice i potrepštine te na razne druge načine pomagali unesrećenima. Na uklanjanju posljedica potresa sudjelovalo je skoro 10 tisuća vatrogasaca, a na pregledu oštećenih objekata angažirano je bilo više od 700 volontera i stručnjaka. Na područjima pogođenima potresom bilo je mobilizirano 2.300 pripadnika Hrvatske vojske i 450 pripadnika Hrvatske gorske službe spašavanja, dok je Hrvatska radiotelevizija pjesmom „Dajem ti srce“ pokrenula kampanju za humanitarnu akciju „Uz nas niste sami“, kojom su pozivali građane da doniraju stradalima.

Dobra strana Boga

No, možda jedna od najvažnijih koristi bespomoćnosti može biti novi pogled na Boga, duhovnost i molitvu. Norveški teolog Ole Hallesby rekao je da je upravo bespomoćnost naša najbolja molitva. Ona se iz našeg srca prenosi u Božje srce većim učinkom od svih drugih izgovorenih molbi. Zato, ako ste preplavljeni nekom svojom tragedijom uzeli u ruke ovu knjigu u nadi da vas može utješiti i ohrabriti, nastavite je čitati u molitvenom duhu. Neka vam bespomoćnost bude poput otvorenih vrata kroz koja ćete primati ljubav i bržnost drugih ljudi, pa i samoga Boga, za koju ste možda do sada mislili da vam nije bila potrebna.

Što učiniti kad se nešto može učiniti?

Koliko god je važno iskazati razumijevanje onima kojima je teško, važno je paziti i da bespomoćnost ne postane stav života – kao nekakve tablete za ublažavanje boli. Ako se to dogodi, onda će upravo stav bespomoćnosti biti najveća prepreka da svoje stanje promijenimo na bolje. Bol nam može do te mjere zamračiti um i misli da nismo u mogućnosti vidjeti ništa drugo osim nemoći. Na taj način možemo doći u iskušenje da ulogu žrtve prihvatimo kao svoj identitet pa nastavimo živjeti iz te uloge i od te uloge. One koji su naučili živjeti iz samosažaljenja u trenucima stvarnih potresa i tragedija bit će puno teže izbaviti iz tog pogubnog stanja. Taj se sindrom najlakše prepoznaje kod ljudi koji češće posjećuju liječnika nego im je potrebno, kao da nisu zdravi ako nisu bolesni.

Zato je potrebno reći da je potpuna bespomoćnost neka vrsta obmane. Nema te situacije u kojoj ne možemo baš ništa učiniti. Možda to može biti nešto jako malo, ali ako učinimo upravo to malo, učinili smo važan korak u pravom smjeru. Možda upravo čitanje ove knjige nekome može biti taj mali, ali važan korak u bolji život. Ako se to dogodi makar i samo jednoj osobi koja se osjeća zarobljenom u svojoj boli, ova će knjiga ispuniti svoj smisao.

Profesor poslovnog upravljanja, Stephen Covey, 1989. godine objavio je knjigu „Sedam navika uspješnih ljudi“, koja je postala svjetski bestseller. U njoj je predstavio zanimljivu

*Teško je moguće
nešto izgraditi
ako prevladaju
frustracija,
gorčina i
raspoloženje
bespomoćnosti.*
Lech Walesa

teoriju dva kruga. Covey je, naime, uočio da, ovisno o tome koliko možemo utjecati na okolnosti, te svoje mogućnosti možemo smjestiti u jedan od dva moguća kruga utjecaja:

1. unutarnji krug - u kojem se nalaze sve one situacije na koje imamo utjecaja i u vezi kojih možemo nešto učiniti
2. vanjski krug - u kojem je sve ono što je izvan našeg utjecaja i mogućnosti djelovanja.

Svatko od nas ima oba kruga. Nema toliko moćnog čovjeka čiji bi utjecaj bio neograničen, ali nema ni čovjeka koji bi bio u tako bespomoćnoj situaciji da ne bi mogao baš ništa za sebe učiniti. Način na koji reagiramo na životne izazove odredit će u kojem krugu pretežno živimo.

Primjerice, ako smo više zaokupljeni mislima poput: „Da barem nije bilo potresa...“; „Da je pomoć bolje organizirana...“; „Da nam je bolja država...“; „Da je manje korupcije...“; „Kad bih imao više novaca...“; „Da mi je bolji brak...“; Da imam više zdravlja, sreće...“; onda smo svoj pogled i očekivanja usmjerili u vanjski krug. S druge strane, ako se više pitamo: „Što bih i sam mogao korisnoga učiniti u ovoj teškoj situaciji?“; „Mogu li biti bolji otac svojoj djeci?“; „...vjerniji muž svojoj supruzi?“; „...učinkovitiji na poslu?“ i sl., onda ćemo se više naći u unutarnjem krugu. Ta se dva kruga mogu još predstaviti i karakterističnim riječima – imati ili biti.

Sasvim je razumljivo da bi svatko htio imati povoljne okolnosti, ali će samo priželjkivanje rijetko promijeniti situaciju na bolje. Jedino neko konkretno djelovanje može pomoći. I to je uglavnom samo po sebi razumljivo. Ono što je mnogima novo i presudno u teoriji dva kruga je to da će se krug u kojem više boravimo povećavati, dok će se onaj drugi smanjivati. Dakle, kad god učinimo nešto što možemo, to će s

vremenom povećati krug naših mogućnosti, a kad god propustimo nešto korisno učiniti, to će ga smanjiti.

Želio bih u tu svrhu ponuditi neke prijedloge, ali ne kao konkretne smjernice za pomoć jer je svaka kriza odviše složena, a da bismo je mogli i smjeli tretirati jednostavnim receptima. Štoviše, olako dani savjeti mogu samo produbiti bol i osjećaj neshvaćenosti. Ipak, želio bih predložiti neke praktične sugestije kao poticajne primjere kako i mali korak u pravom smjeru može povećati taj važni unutarnji krug utjecaja, dok će propuštanje istog povećati vanjski krug iz kojeg se prelijeva osjećaj bespomoćnosti i tjeskobe.

Primjerice, ako se zbog potresa prepustite očaju, to će dodatno opteretiti cijelu obitelj, što će lako dovesti do razmirica, svađa i nasilja, a možda i do rastave. U takvom se stanju alkohol može učiniti kao rješenje za bol, a ustvari će poremetiti odnose s drugim ljudima i umanjiti spremnost za obnovu. Sa svime time će se i tijelo teško nositi pa nagomilani stres može dovesti do psihosomatskih bolesti od kojih neke mogu biti kobne. Na kraju, kad se i ukaže prilika za obnovom kuće, možda je više neće imati ni tko obnavljati ni tko koristiti.

S druge strane, ako učinite samo ono što se u tom teškom trenutku može, koliko god značajno bilo u odnosu na razmjere štete, to može pokrenuti lanac događaja u suprotnom smjeru. Primjerice, pozitivan duh može učvrstiti obitelj u zajedničkoj nevolji, a djeci biti trajni primjer ljubavi i brižnosti roditelja. U stanju budnosti i nade lakše će se uočiti prilike koje se mogu nenadano dogoditi pa sve zajedno može voditi sretnom rješenju s dragocjenim životnim iskustvom.

Još jednom želim naglasiti kako je ovo vrlo pojednostavljeno rečeno u odnosu na dubinu i složenost tragedije kakva

je potres. No, razlika između ova dva scenarija neminovno će se pokazati, a u nekim slučajevima ona može biti zaista dramatična, čak do razine pitanja života i smrti.

Pa koji su to mali koraci kojima nakon potresa možete ojačati unutarnji krug mogućnosti? Ima ih puno, i neki su sami po sebi razumljivi, ali ih možda nije naodmet spomenuti. Prije svega, nastojte se vratiti uobičajenim aktivnostima koliko god to dopuštaju okolnosti. Vrijeme između potresa i obnove koristite za informiranje, pripremu dokumenata i popravljavanje onoga što se može popraviti. Povezujte se s drugim ljudima i uzajamno si pomažite. Pazite na spavanje i ishranu kako bi tijelo moglo podnijeti povećani stres i napore. Neka vam se nađe i pokoja dobra knjiga pri ruci. Pokušajte raditi male stvari u kojima inače uživate s osobama koje su vam bliske. Imajte na umu da je djeci potres posebno traumatično iskustvo pa im se posvetite koliko god možete. Pokušajte im objasniti što se dogodilo i kako vidite rješenje situacije. Budite iskreni, slobodno pokažite svoje emocije, ali i nadu u koju vjerujete. Ponašajte se predvidljivo i najavite im planirane aktivnosti.

Iako se malo koja situacija može mjeriti s dramatičnošću potresa, princip dva kruga može se prepoznati u bilo kojoj krizi. Jedna od onih s kojom se većina u životu suočava su svakako financijski problemi. Oni mogu biti rezultat nenadanoga gubitka posla ili čak i bankrota, prometne ili neke druge nesreće, posljedica pogrešnih ulaganja ili oduzimanja igrama na sreću. Mogu biti rezultat dužničkog ropstva, nesrazmjera prihoda i rashoda ili nedovoljnih prihoda za osnovne životne potrebe. Koji god bio uzrok, financijski problemi mogu biti toliko opterećujući da je pod njihovim teretom teško normalno funkcionirati. Ipak, nespavanje i tjeskoba neće pomoći, nego će samo voditi iscrpljenosti i

narušenom zdravlju koje će dodatno suziti mogućnosti rješenja. S druge strane, sastavljanje bilance i proračuna, eventualni sastanak s bankom i pronalaženje nekih dodatnih prihoda sigurno će proširiti mogućnosti rješenja.

Ako vas progone aveti prošlosti zbog nekih pogrešnih odluka, upropaštenih prilika ili proživljenih trauma, probajte uočiti što je to što možete učiniti u odnosu na paralizu samooptuživanja. To može biti opraštanje sebi i drugima, druženje s dobronamjernim ljudima, ali i otvorenost stručnoj pomoći ako je nužna. Ako se borite s depresijom, dobro je znati da se ona hrani strahom koji se prelijeva iz kruga tjeskobe i bespomoćnosti. Budući da počiva na uvjerenju da život nema smisla, a budućnost ne donosi ništa dobra, i najmanji korak u smjeru života može donijeti prevagu.

Ako ste završili u nesretnom braku, traženje savjeta i želja za razumijevanjem partnera može odškrinuti vrata nadi, dok će ih osvećivanje za naneseu bol ili pasivno priželjkivanje da se stvari same po sebi razriješe vjerojatno zatvoriti. Ili, ako ste izgubili nekog bliskog, okretanje prema živima kojima ste potrebni može vas sačuvati tjeskobe žalovanja koje nikad ne zacjeljuje. Ako ste majka bolesnog djeteta, ono treba vašu nadu jednako kao i lijekove.

Životne krize i potresi ne pogađaju samo odrasle, s njima se suočavaju i djeca i mladi. Ako si, primjerice, učenik koji je zapeo s nekoliko jedinica, ispravak samo jedne od njih može doprinijeti samopouzdanju i povjerenju učitelja, dok bi paraliza zatečenim stanjem mogla pridodati još koju pa time dodatno otežati zatečeno stanje. Ako si tinejdžer kojeg roditelji ne razumiju, već i samo jedna lijepa riječ ili gesta može pokrenuti stvari u pravom smjeru, dok bi neki novi ispad samo dodatno opteretio odnose. Ako ti je plač jedina

reakcija na neuzvraćenu ljubav, teško će ti biti pronaći novu. Ako te loše društvo uvuklo u probleme poput ovisnosti i maloljetničke delikvencije, prepuštanje takvoj situaciji stezat će ti krug mogućnosti do te mjere da bi mogao uludo potratiti cijelu svoju mladost. Što prije se trgneš, to će se prije početi obnavljati dragocjeni krug mogućnosti.

Živjeti u vanjskom krugu uvijek je pogubno, a rezultat će izgubljenim vremenom, poremećenim odnosima, narušenim zdravljem i propuštenim prilikama. Iako je svojom knjigom Covey mnogima pomogao da prepoznaju važnost unutar-njeg kruga mogućnosti te time odbace bespomoćnost kao način života, njegovo opažanje i nije tako novo. Naime, još je Isus Krist u Propovjedi na gori zapisanoj u Evanđelju po Mateju izrekao vrlo slične riječi:

„Ne brinite se tjeskobno i ne govorite: što ćemo jesti, ili što ćemo piti, ili u što ćemo se obući?! – to sve traže pogani.“ – Evanđelje po Mateju 6:31

Mnogi misle da je Isus ovime pred nas stavio nemoguć izbor - ili vjerovati Bogu na način da postanemo pasivni ili se svojim djelovanjem odreći Božje pomoći i pouzdanja u njega. No, takav je izbor lažan i štetan. Isus nas ne želi paralizirati u našim nevoljama, upravo suprotno, on nam nudi najbolji mogući i vrlo praktičan recept za teškoće koje nas snađu. On nam ne govori da prestanemo brinuti općenito, nego da prestanemo to činiti tjeskobno jer je tjeskoba vrsta brige koja je neproduktivna i paralizirajuća. Ne samo da njome ne možemo ništa promijeniti nego nas ona do te mjere iscrpi i potroši da nismo u stanju učiniti ni ono čime bismo si inače mogli pomoći. Tjeskoba pripada vanjskom kugu našeg utjecaja, dok ispravna i produktivna brižnost pripada unutarnjem.

Naravno, Isus ovdje ne nastupa kao motivacijski govornik nego nas želi povesti korak dalje u smjeru života. On nas ispravnim odnosom prema svojim problemima želi približiti Bogu koji može za nas učiniti sve ono što mi sami za sebe ne možemo. Povjerenje da Bog koji nas ljubi živi u tom našem vanjskom krugu najbolje nas može osloboditi tjeskobe i bespomoćnosti. U prilog tome Isus navodi i vrlo jednostavnu ilustraciju:

„Pogledajte ptice nebeske! Niti siju, niti žanju, niti sabiru u žitnice, i vaš ih Otac nebeski hrani. Zar vi niste mnogo vrijedniji od njih?“

– Evanđelje po Mateju 6:26

Ptice nisu tjeskobne. One nisu zabrinute što će se dogoditi ako im ponestane hrane. Ali nikako nisu ni pasivne. Bog ih ne hrani tako da one same ne trebaju ništa učiniti, već ih hrani dajući im sposobnost letenja i instinkt pronalaženja hrane, što one aktivno i koriste.

Jednako tako je Bog i nama ljudima dao raznovrsne mogućnosti da se odgovorno brinemo za svoje potrebe. No, on nam je ostavio i taj vanjski krug kako bismo shvatili da ne možemo bez njegove pomoći. Isus želi da taj krug nazovemo krugom povjerenja u Boga.

Nažalost, onima koji nemaju iskustva s Bogom, ili čak ne vjeruju da on uopće i postoji, taj će krug biti izvor straha, frustracija i boli. Prepušteni sami sebi, oni će postati žrtvom tjeskobe koja će ih lažno uvjeravati da su bespomoćni. Zato je tužno kad ljudi izgore u svojoj nevolji jer im je svu pozornost zaokupio potres ili neka druga nedaća. Zarobljeni u krugu tjeskobe potrošit će i ono malo resursa koji su im preostali te tako više neće imati ni snage, ni volje, ni

vremena, ni ideje da učine ni ono što su mogli pa će se pre-
pustiti očaju i gorčini.

Pogled prema gore

Razumijevanje pogubnog utjecaja tjeskobe nije jedini način da se odupremo bespomoćnosti. Postoji još jedna nedovoljno poznata istina koja nam u krizama može biti dragocjena. Ona proizlazi iz opažanja da slične situacije ne moraju imati isti utjecaj na svaku osobu. Naime, ima ljudi koji su spokojni u relativno teškim životnim okolnostima, dok ima i onih koji su nezadovoljni iako žive lagodno. Štoviše, mnogi bogati, slavni i utjecajni ljudi skloni su depresiji uz sve povlastice o kojima većina može samo sanjati, dok će neki drugi i u najtežim životnim situacijama skupiti volje, snage i hrabrosti da prevladaju svoje životne drame, ponekad se čak i žrtvujući za druge. Kako je to moguće? Kako to protumačiti?

Odgovor je jednostavan, ali i dubok. Nema, naime, tog potresa, traume ili tragedije koja bi imala neposredan utjecaj na nas. Način na koji razumijemo svoje okolnosti to će učiniti. Mi ćemo se osjećati dobro ili loše ovisno o tome kako sami sebi protumačimo što nam se dogodilo. A na temelju čega donosimo te procjene? Mogu li se naučiti neke posebne vještine koje bi nas time učinile otpornijima na krize? Nažalost ne. Ili bolje, nasreću ne!

Mi ne možemo, a i ne trebamo učiti kako poželjnije interpretirati svoje okolnosti, mi to spontano činimo na temelju svog sustava vrijednosti. To je jednostavno odraz naših prioriteta. Svatko će se osjećati loše kad mu je ugroženo nešto što smatra izuzetno važnim, no to 'izuzetno važno' nije nam svima isto. Na primjer, dok će za poremećaj spavanja neki posegnuti za tabletama, majci koja strepi nad bolesnim djetetom to neće biti najveća briga. Ili, većini će ljudi gubitak slobode i odlazak u zatvor biti životna tragedija, ali ne i

onima koji su to spremni podnijeti kao cijenu za neke više ideale.

No, osim što će naš sustav vrijednosti utjecati na prosudbu težine krize, tako će povratno i kriza svojim djelovanjem testirati održivost tog našeg sustava vrijednosti. Kao što nas potres prisiljava da rušimo ono što nije pravilno građeno, a obnavljamo ono što valja, tako možemo i na životne potrese gledati kao na priliku da preispitamo svoje prioritete kako bismo se mogli osloniti na one koje imaju veću, stvarniju i trajniju vrijednost. Štoviše, upravo oni će nam postati presudan motiv i izvor snage kad opet zapadnemo u teškoće. Nažalost, većina i ne razmišlja previše o tome, nego jednostavno podrazumijeva da je izbor vrijednosti koji žive jedini ispravan ili jedino moguć. Zbog toga se još više iznenade kad im se dogodi nešto neočekivano što njihov svjetonazor stavi na ozbiljnu provjeru.

Ova knjiga ima za cilj pomoći vam da preispitate svoje životne vrijednosti i posložite prioritete tako da oni mogu izdržati svaki potres. U tom je pogledu od velike koristi jedna jednostavna, a vrlo poučna usporedba kojom je Isus predstavio ovaj problem – prispodoba o dva graditelja koji su svoje kuće gradili na različitim temeljima. Ona se nalazi u Evanđelju po Mateju 7:24-27. No, s obzirom na njenu važnost, više će joj prostora biti posvećeno u petom poglavlju knjige.

Nadalje, dobro je znati da mi svoje okolnosti procjenjujemo i u skladu s perspektivom kojom ih gledamo i vidimo. Ono što nam je bliže, to će nam više zaokupiti pozornost i biti dominantnije. Primjer može biti banalna situacija kad svojim prstom zaklonimo pogled na sunce. Prst pred okom će nam se činiti prividno većim od sunca iako je razlika nemjerljiva. Sâmo oko ne može pojmiti koncept udaljenosti pa

bi nam slika ispala obmana kad je mozak ne bi nadopunio ostalim informacijama i spoznajama. Slično tome, možemo biti zavedeni i težinom problema koji nam svojom prijetnjom zaklanja moguće rješenje koje nam se čini dalekim i nedohvatnim.

Osim odnosom veličine i udaljenosti, naš uvid u okolnosti može biti narušen i kutom gledanja jer krizne situacije stvaraju veliki emotivni pritisak koji nam sužava mentalne horizonte. To je prirodna posljedica psihološke zakonitosti koja kaže da nismo sposobni usporedo misliti i obrađivati dvije različite teme. Možemo preskakati s jedne na drugu, ali ne možemo istovremeno biti usredotočeni na obje ako ih ne znamo nekako povezati i objediniti. Slijedno tome, a poma-lo i paradoksalno, što se više bavimo samom krizom, to nam manje ostaje prostora baviti se konstruktivnim odgovorima. Gledanjem isključivo u smjeru problema, uočavat ćemo sve više detalja pa će nam se on prividno povećavati, a time nas i dodatno okupirati i plašiti. Taj začarani krug može nas emotivno toliko iscrpiti da više nećemo imati ni snage ni volje okrenuti se u smjeru izlaza. Nadvladani nagomilanom spoznajom o problemu, moguće rješenje će nam se prividno smanjivati pa ćemo nakon nekog vremena možda prestati vjerovati da ono uopće i postoji. S druge strane, ako svoj pogled okrenemo na drugu stranu, u smjeru rješenja, poč- et ćemo uočavati sve više mogućnosti, možda i neke kojih prije nismo bili ni svjesni. I dok nam perspektiva rješenja bude postajala veća, tako ćemo onda i svoj problem znati sagledati kroz prizmu i u okviru rješenja koja nam se sve više otkrivaju.

Zasigurno postoji još puno korisnih savjeta i smjernica o tome kako se nositi sa krizama, kao što postoje i brojne knjige koje mogu pomoći da ne postanete žrtve svojih teških

okolnosti. I ova je knjiga napisana s tom namjerom. Ipak, cilj joj je otići i korak dalje, otvoriti nove vidike u uvjerenju da nijedan savjet i nijedna smjernica nije dovoljna ni potpuna ako izostavimo Boga. Možda on čak i dopušta tegobe kako bismo uvidjeli koliko nam je potreban te da bez njega ne možemo.

Možda su potresi, nevolje i problemi koji nas muče jedinstvena prigoda da mu dopustimo da nam se objavi. Možda je razina patnje u kojoj smo se zatekli tolika da ništa manje od samoga Boga nije dovoljno da nas izvuče iz očaja koji nam izjeda dušu.

Mi ga trebamo da nam krug bespomoćnosti preobrazi u krug povjerenja. Ako se usredotočimo na ono što možemo učiniti, kako god malo to na početku bilo, u to uvijek spada i mogućnost da se obratimo Bogu. Ta zar nije bolje da sve ono što je van naših vlastitih mogućnosti povjerimo njemu umjesto da izgorimo u svojoj tjeskobi?

Siguran sam da je samo Bog taj koji može ugraditi dovoljno čvrste i pouzdane temelje u našu životnu kuću kako bi ona mogla izdržati buduće nalete kriza i udare potresa. On to može učiniti tako da nam otkrije temeljne vrijednosti i prioritete na kojima možemo spokojno graditi sve ostalo.

Na kraju, analogijom prsta koji nam se svojom blizinom čini većim od sunca, mogu se i problemi koji nas opterećuju učiniti većim od Boga. Ili još gore, oni nam mogu i zakloniti pogled na njega. A razlog za to može biti isti – velika udaljenost i nepoznavanje. Naš će mozak lako ispraviti sliku koju dobije od očiju jer će toj slici nadopuniti ostale spoznaje o svijetu pa neće dopustiti da nas oči zavedu. No, imamo li dovoljno spoznaje i iskustva s Bogom da nas ne zavedu oči

straha i tjeskobe? Imamo li nešto s čime bismo mogli nadopuniti uvid u osobnu traumu kako ne bismo postali žrtvom malodušja?

Ili nam je Bog toliko dalek i nedostupan da ga i svaki malo veći problem može zakloniti? Možda je slika o njemu koju smo kroz život izgradili premala, a možda čak i toliko odbojna da ni ne želimo da nam se upliće u život.

U svakom slučaju, poglavlja koja slijede ponudit će vam razumne argumente da je Bog stvaran, velik i dobar te upravo time proširiti i horizonte gledanja na životne teškoće. Doista, umjesto da se bavimo dominantno onim što opterećuje, puno je korisnije baviti se onime što izgrađuje. A ako je Bog taj koji nas je stvorio, onda je upravo on i najviše zainteresiran za naš mentalni, emotivni, duhovni i svaki drugi rast i razvoj.

Američki psiholog Peter A. Levine je rekao: „Trauma je pakao na zemlji. Riješena trauma dar je božanstva.“ Na temelju svojih osobnih životnih lutanja iskreno vjerujem da doista ništa manje od samoga Boga ne može biti dovoljno dobro rješenje za najteže tragedije i potrese koji nas u životu mogu snaći. Zato dignimo svoj pogled prema gore. I neka taj poziv ne bude tek još jedna fraza utjehe nego iskrena potraga za onim koji je toliko velik da ga ni samo nebo ne može ograničiti.