

OD PIERWSZEGO USŁYSZENIA - Bożena Szara (wyemitowane 22 lipca 2018, audycji można wysłuchać tutaj)

FELIETON ELI HUBNER Z BLOGA: "FAJNA BABA NIE RDZEWIEJE".

*Na zmiany nigdy nie jest za późno.
Z wyjątkiem wtedy, kiedy jest...*

Ostatnie wydarzenia skłoniły mnie do podjęcia tematu, o którym miałam nie pisać. Zdawało mi się, że teza, iż nigdy nie jest za późno na zmiany w życiu lub realizację marzeń jest tak oczywista, że nie ma co. Słyszałyśmy to tysiąc razy i jeszcze tysiąc razy usłyszymy, wykrzykują ją wszystkie memy motywacyjne i jest już tak wyeksploatowana, że aż trąci banałem. A jednak okazuje się, że hasła hasłami, a życie sobie i ciągle wiele dojrzałych pań nie daje temu wiary.

Znajoma coachini biznesu powiedziała mi, że często zwracają się do niej kobiety po czterdziestce i pięćdziesiątce, które jęczą, że chciałyby coś zmienić w swoim życiu, najlepiej życie i prawie zawsze w tych rozmowach pada "ale już chyba za późno". A jej ręce opadają, bo ma już tego dosyć. Do roboty, a nie jęczeć!

Dzwonię do koleżanki prawie pięćdziesiątki, która po latach zajmowania się domem i trójką dzieci wreszcie startuje z własną działalnością, o której tak marzyła. Pytam jak się czuje. "Eee, no niby dobrze, ale czy to jeszcze ma sens? Już bliżej niż dalej..." I mnie ręce też opadły, bo ja nie rozumiem. Kobieta 50-60 letnia ma dzisiaj przed sobą około 20-25 lat, a może i więcej. To szmat czasu. Jest nadal w pełni sił, a od jej stylu życia zależy na jak długo tych sił i zdrowia starczy. WSZYSTKIE, absolutnie wszystkie kobiety (mężczyźni też oczywiście), które realizują swoje życiowe pasje mówią, że daje to niesamowitą energię i życie wydłuża. I czy warto tak po prostu machnąć na to ręką? Warto się poddać? Rzucić ręcznik przed czasem? Z wygody, lenistwa czy zaniechania? Czy nie warto pokonać lęku, który jest największym blokerem zmian?

Zastanawianie się nad własnym życiem jest w dzisiejszych czasach czymś normalnym. Wszyscy chcemy być szczęśliwi i zadowoleni i prawie zawsze w którymś momencie życia odkrywamy, że nie do końca jesteśmy i chętnie byśmy coś zmienili. Czasem jest to coś małego, czasem mamy ochotę na rewolucję. Niektórzy idą za głosem serca, inni nie. Mam wrażenie, że to zwłaszcza kobiety mają tendencję do okopywania się w grajdołku swoich przekonań i zasłaniania się szczelnym parawanem przed

możliwością zmian. A raczej przed podejmowaniem kroków, które te zmiany mogłyby wprowadzić. Wystawiają transparent z dobrze znanym i jakże zgranym duetem: "już za późno, jestem już za stara na (tu wpisać: szczęście, zmianę zawodu, własny biznes, miłość, podróżę, realizację pasji, naukę itd. itp.)."

Nie są do końca szczęśliwe tam, gdzie są, niespecjalnie są zadowolone ze swojego życia, ale te dwa stwierdzenia załatwiają im alibi na bezczynność. Narzekanie jest dużo prostsze, nie wiąże się z tym żadne ryzyko (chyba, że ucieczki wymęczonych słuchaczy) i nie wymaga wysiłku. Wyżej wymieniona coachini opowiadała mi, że na jej warsztaty przychodzą dojrzałe kobiety, ale bardzo często tylko raz, wyżalają się, a kiedy ona zachęca je do działania, więcej się nie pojawiają. Wydaje mi się, że grupa kobiet 40+ świadomych swoich niezaspokojonych potrzeb jest dość spora. Mamy poczucie spełnionych obowiązków rodzinnych i społecznych, a jakże mało zrealizowanych pragnień osobistych □

To nas uwiera, to nas męczy, bo dojrzewając w latach, dojrzałyśmy do potrzeby zaspokojenia własnego "ja". I teraz jest czas, żeby te pragnienia spełniać. I uwierzmy, że NAPRAWDĘ NIE JEST ZA PÓŻNO. Wręcz przeciwnie, teraz jest NAJLEPIEJ.

Czy chcemy potem żałować? Żyć w narastającej frustracji? Przecież liczne badania socjologiczne wykazały, że u schyłku życia dużo bardziej żałuje się tego, czego się NIE ZROBIŁO, niż tego, co się zrobiło, choćby to nawet były rzeczy straszne.

To właśnie to powiedzenie dało mi do myślenia, kiedy skończyłam czterdziestkę i moje życie zaczęło mnie uwierać. Czułam wyraźnie, że nie wszystko jest tak jakbym chciała, że brakuje mi pewnych spraw i że chciałabym to i owo zmienić. Czułam, że jeśli nic z tym nie zrobię, to będzie mi bardzo bardzo źle. Pamiętałam też moją ukochaną babcię, która często wylewała przy mnie swoje żale, ile rzeczy w życiu jej przepadło, ile talentów zmarnowała, czego nie zrobiła. Zrozumiałam, że nie chcę żałować tak jak ona.

Chciałam zmian, ale jak większość z nas bałam się. I dlatego przez wiele lat odkładałam wykonanie pewnych ruchów, założenie bloga, pisanie książki, bardziej świadome życie - jeszcze nie teraz, jak będę miała więcej pieniędzy, więcej czasu, więcej luzu. Znane wymówki. Co mnie przekonało?

Najpierw w moje ręce trafiła książka Julii Cameron "Droga artysty", w której autorka rozprawia się z wieloma przekonaniem blokującymi nasze głowy przed podjęciem działania, takimi jak np. pieniądze, czas, wiek. Autorka rozprawia się również z mitem "za późno". Na pytanie: "Czy wiesz ile będę

miał lat kiedy nauczę się grać na fortepianie ?" odpowiada: "Tyle samo, co wtedy, kiedy się nie nauczysz".

Proste i logiczne, prawda? □Jestem za stary" to taktyka uniku" - pisze Cameron. "Stosuje się ją zawsze, gdy chce się uniknąć stanięcia twarzą w twarz ze strachem."

Polecam tę książkę wszystkim zablokowanym i lękającym się. Nie tylko artystom, choć o wyzwaniu kreatywnego potencjału w niej najwięcej.

A potem była cała seria wydarzeń - znaków. Niewiarygodny wypadek w Warszawie, gdzie samobójca spadł na przechodzącą ulicą dziewczynę i złamał jej kręgosłup, przerywając nie tylko rdzeń kręgowy, ale i fajne życie.

Pomyślałam sobie, jakie to wszystko kruche i że naprawdę nie znamy dnia ani godziny. I to było przebudzenie. Ugruntowane przez wzruszającą historię chorej na raka Kasi Markiewicz, która pomimo choroby spełniła swoje marzenie o śpiewaniu i wystąpiła w The Voice of Poland. Kilka miesięcy później zmarła. Czytałam potem rozmowę z Kasią w Wysokich Obcasach. Ależ to była ciepła i dzielna kobieta. Oto co powiedziała na końcu wywiadu: "Tak niewiele trzeba, żeby mieć radochę, a my ciągle coś odkładamy na później. Że jeszcze zdążymy, że jeszcze kiedyś, a teraz nie mamy pieniędzy, nie możemy wziąć urlopu. Guzik prawda. Mam ochotę krzyczeć do ludzi: "Ruszcie tyłki z kanap, nie marnujcie już czasu!"

Potem przedwczesna śmierć Ani Przybylskiej, którą opłakiwała cała Polska, a wreszcie spotkanie z koleżanką (41 lat), której nie widziałam rok, a ona przez ten rok dowiedziała się, że ma raka jajnika, przeszła trzy chemie, była przed operacją i śmiertelnie się bała. Do tej pory pamiętam jej pełne strachu oczy bez rzęs i głowę w peruce.

I to był dla mnie wstrząs. Czego JA się boję? Czym jest MÓJ strach wobec jej ? I na co jeszcze chcę czekać? Aż i mnie odpukać coś dopadnie i będzie za późno? Bo śmierć i choroba to jedyne przypadki, kiedy już JEST ZA PÓŹNO. I jest wtedy bardzo bardzo smutno. Ale tak nie musi być.

Jeśli spróbujesz, to być może za kilka lat, może za dziesięć - spełnisz swoje marzenia i będziesz szczęśliwsza niż dziś, jeśli ich nie spełnisz, przynajmniej będziesz wiedziała, że próbowałaś i to też da ci poczucie siły; jeśli nie spróbujesz, będziesz w tym samym miejscu i o kilka lat starsza, ale być może sfrustrowana i pełna żalu.

Nie odkładaj na jutro, na poniedziałek, na następny rok, na PÓŹNIEJ. Bo później może nie przyjść. Weź głęboki oddech i skacz. Pokonaj swój lęk. WARTO!