

Breme popolnosti

Mesto je bilo že dolgo zavito v temo, ko je Ela hitela proti domu. Luči so osvetljevale mokre tlakovce, njeni koraki pa so bili tihi, kot da ne želi pustiti nobene sledi. Kot da bi hotela ostati neopažena, nekaj, kar ji je šlo že vse življenje zelo dobro od rok. Na zunaj je delovala kot dekle, ki nikoli ne povzroča težav. Vedno je bila pripravljena pomagati, se prilagoditi, narediti vse, da je bil mir. A pod površjem se je odvijal boj, ki ga ni opazil nihče drug.

Odraščala je v okolju, kjer je veljalo, da mora biti popolna. Napake niso bile sprejemljive, čustva pa le ovira, ki je povzročala preveč zapletov. Ko je bila še majhna, se je trudila pridobiti pozornost, a vedno znova je ugotovila, da ni nikoli dovolj. Starši so imeli visoka pričakovanja, predvsem mama, ki ni prenašala šibkosti. Oče je bil bolj prizanesljiv, a ne dovolj, da bi lahko našla varnost v njegovih besedah. Ko sta se starša ločila, je bila stara devet let. Takrat se je njeno življenje še bolj spremenilo. Mama je od nje pričakovala, da bo prevzela ženske dolžnosti, kot so skrb za dom, pomoč pri mlajših sorojencih ter odgovornost, ki ne bi smela biti njena. Oče ji je ob redkih srečanjih skušal pokazati, da ji ni vedno treba biti močna. Toda Ela tega ni znala ali ni mogla upoštevati, saj bi to pomenilo poraz, predajo. Sčasoma se je naučila prilagajati. Naučila se je, da je najbolje, če je tiho in ne povzroča dodatnih skrbi. Če je delala vse, kar se je pričakovalo, je bilo manj napetosti. Tako je postala tista, ki vse razume, ki vedno potrpi, ki nikoli ne ugovarja. Bila je hkrati močna in nežna, stroga in sočutna – igrala je vlogo, ki bi jo sicer nosila dva starša. Ko je odrasla, se je vzorec le še poglobil. V prijateljstvih je bila vedno tista, ki je poslušala, nikoli tista, ki je govorila. Če so drugi potrebovali pomoč, jim je priskočila na pomoč, tudi kadar je komaj dohajala svoje obveznosti. Vedno je dajala, se žrtvovala – dokler ni nekega dne ugotovila, da nima več ničesar dati. Da je prazna. Prvi znak, da nekaj ni v redu, je bil doslej nepoznan občutek utrujenosti. To ni bila tista običajna utrujenost po dolgem dnevu, temveč taka, ki jo je razjedala od znotraj. Zjutraj se je komaj zvelkla iz postelje, svet je postal siv, vsak popravek pretežak. Kljub temu je vztrajala, ker je bila vajena, da se ne sme ustaviti.

Ustavilo jo je telo. Sredi popolnoma običajnega dne ji je srce je začelo divje razbijati, roke so se ji zatresle, zrak okoli nje se je zgostil. Svet se je začel vrteti, misli so postale kaotične, neobvladljive. Ela je čutila, da izgublja nadzor, da prihaja nekaj strašnega. Bum. Panični napad. Trajal je skoraj eno uro. Vsaka sekunda se je zdela kot večnost. Nihče ni vedel, kaj se dogaja. Nihče ni opazil, kako močno se bori v sebi.

Ko je minilo, je ostala sama v praznini, izčrpana in prestrašena. Kaj je bilo to? Kako naj se spopadem še s tem? Naslednji dan je bila takšna, kot da se ne bi nič zgodilo. Z dvignjeno glavo ter širokim nasmehom je šla v nov dan. Nihče ni smel videti, kako krhka je postala. Nihče ni smel vedeti, da potrebuje pomoč. Dnevi so se vlekli, občutek izčrpanosti je postal njena stalnica. Nekoč tako močna želja po ugajanju drugim jo je zdaj dušila. A ni znala drugače. Kako postaviti meje, če se tega nikoli ni naučila? Kako reči »ne«, če je vedno verjela, da to pomeni razočarati druge?

Potem je prišla ona. Učiteljica. Opazila jo je, videla in ni se zadovoljila s površinskimi odgovori. Ko jo je vprašala, kako je, ni sprejela bežnega »v redu«. Ko je videla njeno utrujenost, je vprašala, ali res vse zmore sama. Prvič po dolgem času se je počutila videno. Njene besede so se ji zasedrale v misli: »Ela, ni tvoja dolžnost, da nosiš breme vseh drugih. Pomembna si tudi ti.«

Takrat se je začelo nekaj premikati. Sprva počasi, previdno. Na začetku se je počutila krivo, kadar si je vzela čas zase. Zdelo se ji je, da ne dela dovolj, da razočara ljudi okoli sebe. A sčasoma je spoznala, da se svet ne bo sesul, če bo kdaj postavila mejo. Še vedno se uči. Še vedno jo je strah, kadar mora reči »ne«. Še vedno se včasih počuti kot senca, ki nikoli ne bo dovolj svetla, da bi bila res opažena, še vedno išče svojo vrednost in se bori z občutkom, da ni dovolj, a zdaj ve, da ni čisto nevidna.

Zdaj tudi ve, da se vsak kdaj bori z občutki manjvrednosti, neopaznosti, krivde, nemoči. Da ljudje okoli nje skrivajo svoje strahove pod plaščem ličil, dragih oblek, zlaganega nasmeha. Da mnogi vsak dan rečejo »da«, čeprav bi raje rekli »ne«.

Ela je danes drugačna. Naredila je prvi korak – prepoznala občutek, ga priznala, o njem spregovorila in rekla sebi »da«.