

Ranljiva sem nepremagljiva

Žlahtno Primorko Tjaši Artnik Knibbe poznam že dolgo. Preden je postala prerojena ženska s še enim imenom – Sarabraj. Nekoč je dosegala zmage kot vodja tržnega komuniciranja v veliki medijski hiši ter športnica na odbojkarskem parketu. Potem jo je nekega dne presunilo, da v resnici ne posluša svojega srca. Po šoku, ko so ji v nekaj letih umrli brat, mama in oče, je sama brez moža odšla na dolgo pot po Caminu in se pogumno zazrla v svoje rane. Tam je našla svoje pravo poslanstvo.

Piše: **KATJA CAH**

Foto: **OSEBNI ARHIV**

Tjaši je bila vedno žareča, zgovorna, nasmejana, pozitivna, igriva oseba, polna zamisli. Minuli torek, ko sva se dobili na juhi in pijači, ni bila prav nič drugačna. Z eno izjemo: njen obraz je kljub bolečim preizkušnjam in modrim spoznanjem postal nežnejši, nasmešek blag, pa zato nič manj prepričljiv. Brez zadržkov se takoj potopiva v temo, ki najbolj boli – slovo bližnjih.

Očetovo umiranje razparalo obrambe

»Eno od temeljnih izkušenj sem pridobila v hospicju. Očetovo umiranje je razparalo obrambe, ki jih je bilo treba razparati. Z njim sem bila v odvisnem odnosu, predstavljajoč nekakšen ideal, nadomestilo vseh njegovih žensk, ki jih je pogrešal. Ni imel mame, pa tudi s svojo partnerico, mojo mamo, se mu ni uspelo ujeti. Nato sem se pojavila jaz in posebno vlogo sprejela že kot dojenčica. Pisal mi je celo dnevničke, ki sem jih našla šele po njegovi smrti, ko sem pospravljala njegove stvari. Svojo vlogo sem odigrala z odliko, tudi ko sem ga spremljala ob umiranju. Veliko življenja sem posvetila ukvarjanju z njim. Zadnjih deset let pred smrtjo je bil ozdravljen alkoholik in k sreči nama je uspelo

nadomestiti vse, kar sva prej izgubila,« razloži, potem pa na kratko vdihne in izdihne, kot bi začutila posebno olajšanje. Prav s popravljenim odnosom z očetom je laže našla svojo ranljivost, a do njegove nista prispela, ugotavlja: »Tam so bila vrata skoraj vedno zaprta.«

Nemalo psihologov verjame, da se večina staršev baby boom generacije ni najbolje znašla v vlogi staršev. »Tako bom rekla: naši starši so zelo trpeli in še trpijo in mi se iz tega lahko veliko naučimo. Z opazovanjem svoje generacije vidim, da prebujanje obojim zelo dobro uspeva. Takrat ko zmoreš biti toliko sočuten, da starše in sebe dojameš v vsem, kar se dogaja. Denimo, da sem jaz dojela mamino odvisnost v odnosih, ki je zadevala očetov alkoholizem, pa bratovo narkomanijo. Kaj pomeni sočutje? To, da se obrneš vase in vidiš, v katerih točkah si bil ti sam ranjen, kje si se spregledal – torej, kje v odnosih sem sama zatajila sebe, zamočila. Nisem si mislila, da se bom kdaj tako radostila tega, da sem lahko očeta spremljala v njegovih zadnjih dneh tuzemskega bivanja in mi s tem, ko sem zraven, pomagala premostiti strah pred smrtjo. Zdravstvena stroka je napačno predvidela, da bo glede na bolezen živel še kakšni dve leti. V resnici

je imel tako močnega duha, da se je na koncu sam odločil, kdaj bo šel. Težko mu je bilo reči: 'Tati, oprost, ne morejo ti več pomagati. Pojdi v hospic, da si boš končno lahko malo odpočil.' Odločitev je bila pravzaprav skupna,« sklene naša sogovornica ter naniza še nekaj spominov: »Vedel je, da umira, a je vseeno upal, da ga bomo nekako ohranili med živimi. Glede na to, da se je vse življenje boril tudi z depresijo, pa je bil ta zalogaj zanj vseeno prehud. Usoda je malce priskočila na pomoč, saj je bil – takrat priklopljen na klinično prehrano – priča umiranju nekoga drugega v sobi. Zdelo se mu je strašansko grozljivo in strašljivo. Gospod, ki je odhajal na drugi svet, je namreč medtem izvajal celo dramo. Tekal je po hodnikih in se zaprl v kopalnico. Po vsej verjetnosti zato, ker ni hotel umreti. Tako zelo se je bal smrti. Moj oče tudi. Vedno mi je govoril, da ga je strah umreti samemu.«

Naravnost v vrtince

Pred njim sta sicer umrla že Tjašijin brat, ki kljub zdravljenju ni zmožni ostati čist, kmalu za njim, po približno treh letih, pa še mama zaradi rakavega tumorja. Natančnih letnic in časovnic Tjaši ne poda. Razloži, da si je vse skupaj zapomnila iz



jemno megleno, verjetno namenoma, kot neke vrste obrambni mehanizem, da je ne bi preveč spodneslo. K sreči ima vsaj še enega najožjega krvnega sorodnika, sestro, s katero sta si bili v obdobju najhujših izgub v oporo, a kot se v tragediji pogosto zgodi – vsak posameznik čuti, da se mora boriti, žalovati in predelati smrt tudi sam. Po svoje.

Mamo je ščitila pred svetom

Umiranje mame je Tjaši doživljala precej umirjeno: »Bila sem poleg, ko je med drugim doživljala eterično izkušnjo prehoda v svetlobo.« Od maminega odhoda se ni-

sočnosti želel izraziti določeno čustvo, si pri njem naletel na občutek krivde in sramu, češ da ni bil dober oče.« A Tjaši mu je vse odpustila že z resničnim odpuščanjem svoji mami. Takrat je šele zares našla sebe, je prepričana: »To osvobajajoče doživetje ni bilo povezano z nobenim seminarjem ali kakšnim učiteljem. Zgodilo se je samo po sebi. Šlo je za odpuščanje in izpuščanje, ko mami dopustiš, dovoliš, da končno odide. Takrat ko jo nehaš nadzorovati in verjeti, da znaš bolje živeti njeno zgodbo. Ji zaupaš. Se zaveš, da si minoren in je tvoj ego, ki hoče pomagati, v resnici samo control freak, obsedeni

nekaj naučili in nismo povezani! Vsi smo enost.«

Bolečina, ki osvobaja

Nikakor ne misli, da je bolečina ne more več dobro zlomiti. »Zagotovo me bo, saj je vedno prisotna, nihče se ji ne more izogniti, a v osebni rasti sem prispela do točke, ko sem ranljiva, si bolečino dovolim, saj me prav ta osvobaja, mi prinaša čudovite ljudi. Dobro sem spoznala svoj t. i. ego pošast, jo sprejela in celo vzljubila, ji predala jasno informacijo, da jo vidim, zato le še redko zarenči,« se nasmeje Tjaši in navihano doda: »Takrat ji rečem: 'Ok, povej mi svojo zgodbo. Pojdiva na kavo ali na sprehod po gozdu. Kaj se dogaja?' Imam skratka tak pomemben notranji dialog z njo, egom pošastjo. Včasih se mi prav poredno skrije. Pa ji rečem: 'Hej, halo!' Zahtevam, da se izrazi.«

☞ Razpela sem se med oba, še posebno po ločitvi. Mamo sem ščitila pred svetom, očetu pa sem želela dati informacijo, da je življenje lepo in da ljubezen prevlada. Zanj sem od nekdaj snovala načrte, kako bi se rešil alkohola.

koli več ne umika vrtincem, ki se pojavijo pred njo, temveč gre naravnost vanje. Po novo pomembno spoznanje. Težko reče, na koga od staršev je bila bolj navezana, zdi se ji, da kar na oba enako. »Razpela sem se med oba,« natančneje razčleni svojo vlogo, »še posebno po ločitvi. Mamo sem ščitila pred svetom, očetu pa sem želela dati informacijo, da je življenje lepo in da ljubezen prevlada. Zanj sem od nekdaj snovala načrte, kako bi se rešil alkohola.«

Alkoholizem, odpuščanje in razpad ega

Svoje ganljivo otroško prizadevanje še natančneje oriše: »Ne glede na alkoholizem in vse, kar je ta prinesel, je bila zanj družina vedno številka ena. Nekoč, ko smo šli v Idrijo k dr. Možini in smo otroci in najstniki v krogu govorili o emocijah, sem povedala, da svojega očeta razumem in mi je jasno, da mu je moralo biti zelo hudo, ko ga je njegova mama zavrnila. Prav zato se izgublja v iskanjih, saj je preobčutljiv. Pil je, ker si ni dopustil začutiti bolečine v vsej polnosti, krutosti. Vsakič, ko smo se bližnji dotaknili te boleče teme, jo je mentaliziral, obrnil v razumske razlage. Obvladal je vse, Freuda, Spinozo, Nietzscheja, a poguma za to, da bi rekli bobu bob, ni imel. Kadar si v njegovi pri-

nadzornik. V tistem izpuščanju, trenutku tišine, uvidu v svetlobo, višjem jazu sem hkrati izpustila toliko stvari, da je moj ego kar nekako razpadel.« Opaža, da se včasih še pojavi, a večinoma ni le njen, gre za kolektivni ego, saj je zelo empatično bitje, močno občuti in zaznava dogajanje v okolici. Ne odziva se več toliko na posameznike, temveč bolj na splošno vibracijo ljudi.

Vsi smo enost

Zadnja leta veliko preživlja po tujini, kjer predava, med drugim na severu Evrope, od koder izhaja tudi njen življenjski sopotnik, Nizozemec Remco Knibbe, po poklicu gradbenik, s katerim sta poročena že od leta 2003. Kadar se Tjaši vrne v rodno Slovenijo, zazna posebno, sebi lastno vibracijo: »Ta je na Nizozemskem drugačna, v Belgiji in na Finskem prav tako, v Sloveniji seveda tudi. Konec koncev vedno ugotoviš, da gre za tako majhne variacije, da smo vsi del enake zgodbe. Poglejte si denimo kolektivni arhetip deklice, ki si želi rešiti šibkega očeta, kako to počne – na zelo pričakovane načine, bodisi v poklicu prevzame vlogo moči, bodisi postane vplivna zvezdnica bodisi skrajno pridna punčka. (Se zvončkajoče nasmeje.) Pa naj mi še kdo reče, da nismo vsi skupaj prišli sem, da bi se kolektivno

Od tumorja do tresenja temeljev

Tako ni razmišljala, ko je še delala in ureničevala pomembne projekte tržnega komuniciranja kot univerzitetna diplomirana komunikologinja – redno, za nedoločen čas. To je počela dvanajst let in imela bleščečo kariero. Pa hkrati lačno srce. Prijatelji in kolegi so ji prigovarjali, naj bo bolj oportunistična, saj lahko s svojo simpatičnostjo doseže ogromno, a vse močneje je čutila, da ne sme prek sebe. Le nekaj dni po tistem, ko ji je umrla mama zaradi rakavega tumorja v trebušni votlini, je tudi sama odšla na punkcijo tumorja v trebuhu. Kot bi si želela prevzeti maminno breme. Tvorba je bila k sreči benigna, a jo je kljub temu pretresla do temeljev. Takrat je vedela, da mora svoj vsakdan korenito spremeniti. Tudi prej ali slej izpustiti iz rok tedanjo čudovito službo s krasno pisarno in sodelavci. Se izogniti stalnemu izgorevanju, ko je v človeku vedno več projekcij drugih, ki ga dušijo, saj zadovoljuje potrebe in pričakovanja nekoga drugega, medtem ko izgublja stik z lastno dušo. To, ki ga edino lahko zares zadovolji.

Življenjski stil duhovnice

Tjaši zdaj živi iz meseca v mesec, pove: »Veliko potujem. Znajdem se tam, kjer želi biti moja duša. Ponavadi me kam povabijo, da predajam svoje znanje, z ljudmi delim svojo ranljivost, v zameno pa mi organizatorji ponudijo prenočišče in

poskrbijo, da pridem do njih. Takšen je zdaj moj življenjski stil. Sama se šalim, da bi bila v drugih časih in dimenzijah verjetno duhovnica.« Svoj prehod v drugačno življenje iskreno in iskrivo opisuje v knjižnem prvencu Ranljiva, katerega rdeča nit je znana romarska pot Camino. Na njej je doživela marsikatero divjo dogodivščino. Tja se je odpravila sama z velikim razumevanjem moža. Tudi ona njemu dopušča, da se razvija, kot čuti, da je prav, v vsej moški energiji. Otrok ne načrtujeta, a se prepuščata presenečenjem, sprejemanju lepih sporočil v skladu z notranjimi vprašanji in hrepenenji. Tudi sprejemanju čudežev.

Boj z milino, ne z mečem

Slabo leto po očetovi smrti je sredi poti po Caminu med sprehodom po gozdu zagledala pred seboj jaso, v določenem trenutku pa se je pred njo pojavila silhueta očeta, prihajala proti njej in ji prinašala rože. O tem je objavila ganljiv video tudi na youtube. Verjame, da po smrti bližnjih z nami vsekakor ostane njihova zavest, a od nas je odvisno, koliko interakcije si želimo z njo. Vprašam jo, ali bi lahko ključno sporočilo njene knjige strnili v stavek: Ranljiva sem nepremagljiva. »Absolutno,« pokima. »Super, v teh besedah ste povzeli vse. Po vsej verjetnosti bom to uporabila v katerem od naslednjih intervjujev. Zagotovo sem se vedno znala boriti, a nekoč sem šla v boj z mečem. Od mamine smrti se bojujem le še z milino. Realno gledano je boj z mečem veliko bolj naporen in težek, včasih neskončen. Boj z milino pa je čudovit, ljudje jo sprejemajo. Zares verjamem v moč ljubezni. Remco me včasih heca, ko pridem k njemu na Nizozemsko, in vpraša: Koliko si jih pa danes spravila v jok?« Kot se za novo življenje tudi spodobi, je Tjaši v vlogi učiteljice kundalini joge dobila tudi novo duhovno ime Sarabraj. V dobesednem pomenu – tista, ki živi totaliteto, celovitost sebe in k njej navdihuje druge.

Nujna sprememba domačega okolja

Po njenem prepričanju je resen premik v zavesti in načinu čustvovanja precej lažji ali včasih celo edino mogoč, če zamenjaš domače okolje: »Ljudje si zelo težko privoščimo ranljivost zato, ker se je drugi bojijo ali sramujejo. Prav s strahovi ohranjajo izredno močno mrežo odvisnosti, ko



» Le nekaj dni po tistem, ko ji je umrla mama zaradi rakavega tumorja v trebušni votlini, je tudi sama odšla na punkcijo tumorja v trebuhu. Kot bi si želela prevzeti mamino breme. Tvorba je bila k sreči benigna, a jo je kljub temu pretresla do temeljev.

nekomu ne dovolijo, da bi se spremenil. Sistem okoli tebe te bo vedno želel vračati, kjer si že bil. Gre za dinamike in projekcije ljudi, ki so zelo stare in kolektivne, nimajo zveze le z menoj ali z vami. Treba se jih je zavedati in biti razumevaječ. Moramo vedeti, da sprememba nas samih pri drugih večinoma ne naleti na prav veliko navdušenje, še posebno pri ljudeh, ki so ti najbližje. To so pač fizikalni zakoni, dinamike, ki potekajo v družini. Ljudje se ob zavračanju svojih bližnjih pogosto ustaviijo, ustrašijo morebitne posledične samote, izločenosti, a lahko jih potolažim: Po pravilu vorteksa v svoje življenje vedno priključiš ljudi, ki te bodo podprli!«

Modro molčati in kreirati

S Tjaši se posloviva z objemom, še prej pa ji zaupam, da me je pogovor z njo navdal z občutkom, da lahko brez strašanskega napora dosežem vse, kar si zares želim. Srce v prsih bije bolj pogumno, kot bi ga ovijala grelna odeja. »Torej energijsko čutite, kaj

zdaj počnem?« se poznavalsko nasmehne in nadaljuje: »Vse boste dosegli, ko si boste zares vzeli čas za to. Le drugim ne razlagajte tako širokogrudno vseh svojih načrtov, saj se lahko prav zato izjalovijo. Tudi meni so se, dokler se nisem naučila modro molčati. Energijo, ki nato ostane, raje usmerite v kreacijo, in ne toliko v pogovor o njej. (Nasmešek.) Za konec pa, kot sem v enem od intervjujev že dejala, sem čisto običajno dekle z neobičajnimi izkušnjami. Imam dovolj energije, da stopam v jutri, ker verjamem v brezmejno moč ljubezni. Ta bo iz otopelosti nekoč prebudila tudi zavedanje o arhetipu rablja, kaznovalca, sociopata ali kakor koli že pravimo tistim, ki danes vodijo ta svet. Prav ranljivost je bistven kanal med otopelostjo in pristno iskričnostjo. Pa če drži teorija zarote, da obstaja nekdo, ki si želi, da masa ljudi ne uporablja 90 odstotkov svojega uma, je vse zagotovo povezano prav z izbrisom ranljivosti. To si moramo zdaj vzeti nazaj.«