

Upanje opogumlja

Silvo Šinkovec

Večkrat me pokličejo v hospic. Tam se bolniki poslavljajo od tega življenja in gledajo tja čez. Kaj se skriva za zadnjo uro življenja, kam vstopam, kaj bo potem? To je trenutek negotovosti.

Nekaterim obraz zažari ob misli na tisto, kar jih čaka. Tako kot v tem primeru, se tudi na pragu povsem nove izkušnje vedno lahko opazujemo, na kaj takrat pomislimo. Kako doživljamo prehode: iz osnovne šole v srednjo, s fakultete na področje trga dela, iz starega v novo leto, iz samskega stanu v poročenost, iz zdravja v obdobje bolezni, iz blagostanja v revščino? Prehodi prinašajo novost v življenje, in ker jih ne poznamo, tudi negotovost. Ne vemo, kako bo, prihodnost nam je skrita, lahko jo le slutimo.

Občutek o prihodnosti je povezan z domišljijo, s predstavo. Od tega, kako si predstavljamo prihodnost, je odvisno, kakšen odnos imamo do nje. Prihodnosti zaupamo in smo polni upanja, da bo šlo vse prav, tudi če sedaj še ne vemo, kako bo šlo, in niti ne vemo, kaj je tisto 'prav'. Odkrili bomo na poti. Zaupamo. Mogoče nimamo občutka, da znamo vse, kar bomo potrebovali, toda zaupamo sebi, da se bomo že znašli, da se bomo naučili, kar bo treba, da bomo srečali pravega človeka in pravo skupino, da bomo prišli do pravih informacij ipd. Zaupamo. Upanje izvira iz nezadovoljstva v sedanjosti in prepričanja, da je prihodnost lahko boljša. Pričakujemo, da nas bo nekaj, kar bomo dosegli (rezultati, cilji, stvari, osebe), osrečilo. Pričakovanje prinese vznemirjenje, čudenje in navdušenje, ponudi možnost za spremembo in izpolnitev, rodi upanje. Občutki prebujajo optimizem in energijo, da se še bolj trudimo. Upanje je gibalo življenja.

Je pa možno, da v prehodih ne zaupamo, kajti domišljija slika negativne izide, zato se pojavijo strah, tesnoba, včasih groza. Prihodnost se zdi črna in brezizhodna. Občutki poganjajo črne misli in dušijo energijo, ne borimo se več. Če se razočaranja ponavljajo, upanje zdrsne v obup ali cinizem. Obup se vda, upanje nikoli. Obup se pojavi, kadar upanje propade, zdrsne v depresivne misli in fantaziramo, kako bi izskočili iz vlaka življenja, na katerem nas je strah. Ko se soočimo z obupom in spremenimo svojo predstavo o prihodnosti, lahko začnemo spet upati. Upanje obrne misli v novo prizadevanje.

Če je predstava o prihodnosti realna, prebuja občutek gotovosti, ker si znamo predstavljati prihodnost, se je ne bojimo. Drugačen pa je proces fantaziranja. Fantazija je sanjarjenje o prihodnosti, toda ne na realni zaznavi prihodnosti, ampak je beg od življenja. Ker je življenje težko, ker je situacija stresna, se zatečemo v fantaziranje. V tistem trenutku nas sicer zavaruje pred trenutno bolečino in omogoča, da preživimo; toda če misli o prihodnosti slonijo na nerealni zaznavi, so neresnične. To so iluzije. Iluzorna fantazija preprečuje, da bi videli življenje z vidika realnih možnosti, zato nas hromi. Tako kot pri drugih čustvih, moramo tudi pri upanju ločiti med realno zaznavo prihodnosti in med utopijo, med upanjem in iluzijo.

Upanje postane življenjski slog, ko si pridobimo dovolj globinskega zaupanja. Prihodnosti, kakršna koli že bo, se ne bojimo. Z zaupanjem zremo v prihodnost, ki ne bo vedno boljša, kot si ponavadi želimo, a bo vedno nova priložnost, da se naučimo nečesa življenjsko pomembnega. Upanje ohranja prizadevanje in vztrajnost, tudi če se stvari pomikajo počasi ali se sploh še ne premikajo. Ko upanje vztraja, razvijamo potrebno potrpežljivost.