

Smrt je bila zame največje d

Zgodba ženske, ki se je po izgubi družine podala na 850 kilometrov dolgo pot spoznanja

Tjaši Artnik Knibbe - Sarabraj je diplomirana komunikologinja in je bila dvanajst let zaposlena v medijski hiši. Poročena je z Nizozemcem, ki ga je spoznala na plesišču v Portorožu. Je tudi nekdanja odbojkarica. »Odbojka je bila moja zelo velika strast, saj mi je dala moč, motivacijo in pripadnost v obdobju odrasčanja.« Tjaši se je v preteklosti trudila ugajati vsem drugim, nase pa je pozabila. »Nekoč sem bila oseba, ki je ugajala drugim, prepričana, da sem lahko le del skupnosti, če ugodim drugim.« A po smrti mame, brata in očeta, po tumorju v trebuhu in po operaciji jo je vsa žalost najprej zlomila, nato jo je učvrstila in ji dala novo življenje.

Odločila se je, da bo prehodila romarsko pot po Španiji, da se bo znebila bremena preteklosti in bo lahko v polnosti doživela življenje. Po končani poti je napisala knjigo Ranljiva, ki jo trenutno predstavlja po Sloveniji. Ustavila se je tudi v Osrednji knjižnici Celje, kjer sva poklepetali. Polna

življenja, energije in miline je pripovedovala o tem, kako je prišla do svojega srca, kako se je znebila nadzora, ki ga je imel njen um nanjo.

Zakaj je naslov knjige Ranljiva in zakaj je kar vaš obraz na naslovnici?

Ko sem knjigo pisala na Nizozemskem v neki zakotni vasi, sem razmišljala, zakaj to počnem in zakaj to počnem nekje na koncu sveta. Ker je proces pisanja zahteval mir za močno samoopazovanje in povezavo z najglobljimi deli jaza, mi je postajalo vedno bolj jasno, čemu toliko

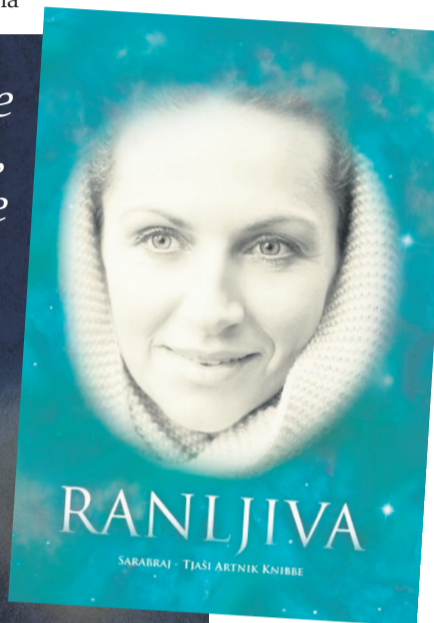
samosti. Naslov Ranljiva je prišel v snu šele, ko je bila knjiga spisana. Najprej sem pomislila, da bo beseda ranljiva pretežka za Slovence. Poleg te besede je na naslovnici tudi moj obraz, kar je za marsikoga preveč intimno. S tem sem dovolila pogledati vsem v svojo žalost, v svojo ranljivost in sem pustila um ob strani ter se pokazala takšna, kot sem. Mnogi kmalu opazijo, da sem ranljiva, a sočasno zelo močna. Kar je izjemno sporočilo.

Smrt treh ljubljenih oseb in nato še bolezen. To je zelo veliko bolečine, ki bi vas lahko porinila v globoko žalovanje

in samopomilovanje, a ste se odločili za pot. Zakaj ste izbrali ravno Jakobovo pot oziroma Camino?

Odločitev za Camino je bila povsem intuitivna, prisluhnila sem glasu v sebi, ki se je odločno podal v smer te poti. Čeprav o Caminu nisem vedela pravzaprav ničesar. Za potovanje sem se odločila med svojim duhovnim potovanjem v Medžugorje. Zanimalo me je, čemu je ta sveti kraj tako zelo privlačil mojo pokojno mamo. Še pred smrtjo si je želela iti na to mesto in na tem svetem kraju sem se želela nekako povezati z njo in z njo deliti delček svoje žalosti. A tam

»Ne boj se bolečine, ne boj se odgovornosti, ne boj se zrelosti. Kar plaši, v resnici osvobaja.«
(Iz knjige Ranljiva)

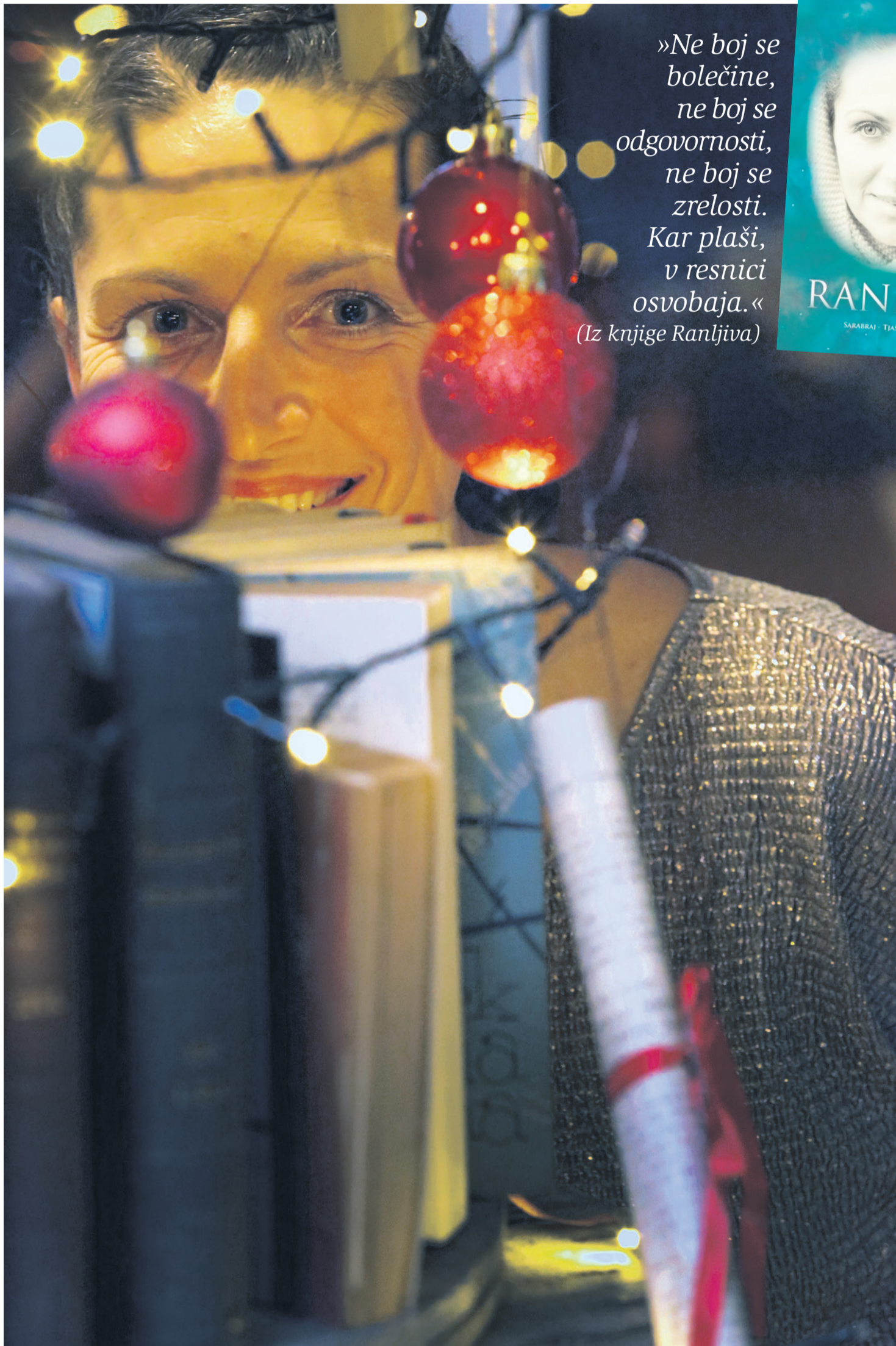


Tjaši je 850 kilometrov dolga pot opogumila, da ljubi sebe in druge ter s tem živi kot soustvarjalka življenja.



Od kod imeni Tjaši in Sarabraj?

»Moje primarno ime je bilo Nataša, a me je oče vedno klical Tjaši. Ko sem trenirala odbojko, nas je bilo veliko Nataš in takrat sem si izbrala očetov vzdevek Tjaši, ki zelo identificira mojega živega notranjega otroka. Sarabraj je del moje zrele tudi nezemeljske identitete in je duhovno obarvan. Beseda pomeni »tisto, ki živi celovitost.«



Varilo življenja

se je začelo dogajati vse mogoče. Srečala sem mladega moškega, ki je bil večkrat na Caminu. O njem mi je začel strastno pripovedovati, kar je zanetilo iskro namere. Čutila sem močan potisk v smeri Camina in se na koncu odločila zanj. V Medžugorju sem videla veliko stvari, ki jih ne bi, če ne bi bila resnično prisotna v prostoru. Ko sem sedela pred cerkvijo pred kipom Marije in se posvečala sami sebi, sem slišala glas duhovnika, ki je govoril: »Bodite pogumni žvižgači, povejte svojo resnico, čas je zanjo.« Čutila sem, da so te besede namenjene meni. Ko sem stopila proti cerkvi, se je pred mano svetila svetloba in še veliko podobnih videvanj je bilo, kar sem sprejela kot jasen znak, da sem na pravi poti.

Kakšne so bile priprave na pot, ki zahteva veliko psihofizične kondicije?

Zelo hitro sem rezervirala letalsko karto, potem je sledilo pakiranje majhnega nahrbtnika. Po spletu sem malce pobrskala, kaj so drugi pohodniki vzeli s sabo na poti. Odločila sem se za 35-litrski nahrbtnik in premišljeno vanj zložila stvari, ki sem jih prej tudi stehala. Ves čas sem tudi razmišljala, kako bom mesec in pol hodila po svetu s tako malo prtljage. A dejansko ni treba imeti s seboj veliko. Vzela sem majhen košček mila za lase, telo in obraz, sodo bikarbono za oblačila, kremo Bepanten plus za obraz in morebitna vnetja, mini brisače, ščipalke, da sem na nahrbtniku sušila oblačila za nov dan. Ko dolgo hodiš, naj nahrbtnik ne bi presegel deset odstotkov tvoje teže.

Ali vas je kdo želel odvrniti od poti? Je mož vaša ideja podpiral?

Sestra in moj mož sta zelo

podpirala mojo odločitev. Mož je samo rekel, da naj mu občasno pošljem kratko sporočilo. Mislim, da je bilo zanj moje potovanje še bolj naporno kot zame, saj me je moral izpustiti. Sestra je kmalu zatem sledila svojim sanjam in se preselila v Egipt, tam trdo trenirala in je zdaj svetovna prvakinja ter rekorderka. Druga drugo sva gnali naprej in to še vedno počneva.

Kaj ste si zastavili pred potjo?

Da bom hodila sproščeno, da telesa ne bom silila v napore in da ne bom dovolila umu, da narekuje svoje, ampak bom prepustila izbiro srcu. Prve dneve sem hodila po dvajset kilometrov, nato trideset in končala s štiridesetimi. A na koncu Camina sem čutila takšno moč, da bi pot lahko prehodila še enkrat. Na njej sem si vzela veliko časa zase. Nisem želela Camina prehoditi z mislijo, da si želim, da bi bilo čim prej konec. Ampak sem želela biti na romanju prisotna, razmišljala sem, naj prideta bolečina in žalost, naj me zmeljeta, da se ju bom lahko osvobodila. Za to sem potrebovala na poti veliko samote.

Vsi, ki so prehodili pot, govorijo o izjemni energiji in številnih spoznanjih, ki so jih doživeli.

Spoznala sem, kako dragocen je vsak trenutek, ki se ga zaveš in kako pomembno vlogo ima pri tem odprtost do življenja. Ranljivost lahko prinaša na eni strani veliko bolečine, a je res, da nas na drugi strani neguje z ljubeznijo in živostjo. Otopelost in trdota ne omogoča globokega dihanja in polnega življenja. Potovanje po Caminu mi je omogočilo, da sem se osvobodila teh obrambnih struktur. Opogumilo me je, da ljubim sebe in druge ter s tem živim kot soustvarjalca življenja in ne kot nepotešena žrtev.

Kateri je bil vaš najtežji trenutek ali izziv na poti?

Morda sta bila dva trenutka. Ko me je duša, ki sem ji brezpogojno sledila, ob dveh zjutraj zvabila na pot. Ko sem pred mladinskim hotelom videla lastnico, popotnika in domačine, so bili presenečeni, da se ob dveh zjutraj sama podajam na pot. Pojma nisem imela, kam grem, in sem samo hodila po gozdu. Nogi ste se mi zapletli in padla sem na obraz. Iz reke, ki je bila v bližini, sem vzela mrzel kamen in si ga položila na potolčeno brado. Kljub strahu sem imela močno intuicijo, da sem vedela, kaj je prav. Vedela sem, da nisem na poti, da bi se prestrašila, ampak da se moram osredotočiti na trenutek in da bom kljub nezgodam prišla iz tega gozda in čez deročo reko. Bolj kot zveri sem se bala človeka. Tudi to so bili strahovi, ki sem jih morala obdelati. Drugi težek trenutek je bil, ko sem na poti videla silhueto pokojnega očeta, ki je nabiral rožice. Tako kot jih je, ko je bil še

živ. Podoba me je zlomila v brutalen jok, a tudi je tudi osvobodila moje telo tone žalosti.

Ali ste se ob treh smrtih vprašali, zakaj morate vso bolečino sveta doživeti ravno vi?

Tudi, dokler nisem prišla do zavedanja sebe kot fizičnega telesa, sebe kot čustvenega in duhovnega telesa. To je zelo globoko prisotno spoznanje. Potem si ne postavljaš več vprašanj o tem. Pri očetovem odhodu je bil izziv ranljivosti zelo zahteven, saj sem takrat poleg očeta izgubila še zadnjega starša. Poleg tega so mi takrat še operirali tumor na trebuhu. Bil je trenutek, ko sem si rekla, da je res vsega preveč. A ker sem imela globoko vero, da se bo uredilo, se je pot odvila skozi tunnel ranljivosti v smer globoke duhovne iskrovosti.

Vas je strah smrti? Oziroma česa vas je strah?

Smrti me ni več strah kot nekoč, saj se je pokazala kot izjemno sočutna učiteljica in mi pokazala, kako celovito živeti. A jo izjemno spoštujem. Strah me kdaj ujame, ko mi ima kaj zanimivega povedati. Osebnost pa me je morda strah fizične ranljivosti, vendar se zavedam tudi tega, da če bi mi bila ta izkušnja dana, bi prišla v paketu tudi moč srca. Tako da strah danes ni več gonilo mojega življenja, ampak prej del celovitosti bivanja.

Kako se osvoboditi strahov?

Vsekakor s tem, da se jih zavedamo in nato naredimo korak v smeri spremembe. Danes je na voljo veliko različnih orodij, ki nam pomagajo, da se osvobodimo tudi najbolj trdovratnih strahov. Sama izberem meditacije kundalini joge, ki jo danes tudi poučujem in mi omogoči dovolj jasnine v trenutku, da lahko čuječe spremljam, kako strah sploh izgleda, od kod prihaja, komu pripada, kaj mi pravi. Ko ga opazujem s kritičnim zavedanjem opazovalke in brez potrebe po tem, da bi ga kakorkoli pregnala, popusti svoj krč in pusti le sporočilo.

Dnevno gledamo ali poslušamo o stiskah ljudi v službah, v katerih delodajalci držijo zaposlene v šahu z minimalni plačami in velikimi zahtevami. Ali lahko spreminijo položaj, v katerem so?

To je slovenska iluzija, da je vse grozno in da če boš karkoli naredil, boš takoj izgubil službo, pri čemer se ničesar ne da spremeniti. Pri Dnevniku sem bila dvanajst let in vsi skupaj smo bili kot ena družina. Pomislila sem: »Če pustim to službo, kdo sem, če nisem več del tega kolektiva?« To so ključna vprašanja, ki so strašljiva, ker živimo v kontroli, kjer jaz ne obstaja. Smo del kulture, kjer vedno nečemu pripadaš. A kaj si, ko te družba izpljune? Ker se nisem želela identificirati z ubogo žrtvijo, sem si postavljala vprašanja, kdo sem. Naenkrat sem postala del nečesa zelo velikega. Iz zavedanja, da vsi izhajamo iz enega vira, črpan moč za to, da sem samosvoja, vendar to ni osamljenost. Ko si svoj, namreč v svojo bližino pritegneš podobne duše, ki si tako kot ti želijo svet, ki ne temelji na strahu, ampak na ustvarjalnosti.

Da ste prišli do vseh teh spoznanj, ni bilo treba prehoditi 850 kilometrov Camina?

Ne, v mojem primeru je bila to smrt ljubljenih ljudi. Camino je bil le nadgradnja in čudovita pot, ki omogoča podobne izkušnje izpuščanja nazora, kot jih je meni pokazal proces umiranja.

Na poti ste vse to samo še poglobili?

Seveda. Predelati sem morala družinsko preteklost, naše odvisne odnose, svojo vlogo Amazonke, kako nekateri ljudje nesemo veliko preveč bremena in rešujemo težave družine. Veliko časa sem hodila v tišini in poslušala svoj um, telo, srce, ker so govorili vsaj svoj jezik. Camino mi je ponudil priložnost, da sem postala celovita, da integriram tudi ranljivost. Na poti sem srečevala prave ljudi, ki so mi bila kot nekakšna zrcla, kar sem morala uresničiti pri sebi. Tudi z njihovo pomočjo sem se celila.

Koliko ste drugačni zdaj, kot ste bili pred desetimi leti? Je razlika očitna, ste zdaj druga Tjaši?

Mislim, da sem veliko bolj zrela in da me stik z duhovno globino dnevno spreminja. Je pa res, da nisem pozabila na igrivo Tjaši, ki se rada pokaže, ko je trenutek pravi, in dela življenje izjemno radoživo.

Ali lahko višje stanje duha preplavi naš svet ali bomo v svetu kapitalizma in denarja egoizem samo še poglobljali?

Mislim, da se danes svet izjemno krčevito spreminja. Na eni strani kvantni preskok v zavedanju, razvoju tehnologije in ustvarjalnosti, na drugem veliko priložnosti za ranljivost in kristaliziranje bolečine. Če si zamislite, da so bili naši predniki ujeti v oklep nadzora in različnih obrambnih mehanizmov, se zdi, da

nam danes življenje ponuja priložnost, da prepoznamo skozi takšne in drugačne bolečine, kje so naša mehka mesta. Tam je pot v globine, kjer samozavest ni pogojena z zunanjimi dejavniki, ampak je stanje biti, kjer materialno ni nadomestek za radost in odvisnost ni enaka ljubezni. Dinamika te posebne vibracije ranljivosti mi daje vero, da se človeštvo spreminja in da četudi se zdi, da se bodo mnogi odločili za še več nadzora in krča, bo ta balon prej ali slej tudi kolektivno počil. No, lahko rečem, da že poka. A ob tem ne spreglejite, da je poleg bolečine in žalosti ob vsem tem kaotičnem izpuščanju nadzora tudi veliko človečnosti in ljubezni. Osredotočanje na to razširjeno sliko realnosti prinaša mnogo modrosti vsem nam.

V nekem zgodovinskem obdobju bi vaše dojemanje sveta označili za čarovništvo in bi vas že sežgali na grmadi. Kako dojemate to moč drugačnega dojemanja sveta?

Verjetno bi me res (smeh). Hvaležna sem, da sem se reinkarnirala zdaj in ne štirideset let nazaj, ko je bil v podobnih situacijah moj oče, no četudi takrat niso sežigali na grmadah ljudi z drugačnimi pogledi na svet. Danes berem njegove zgodbe in spoznavam, kako je bil prebujen in dozorel. Bil je vizionar in mislim, da bi mu bilo v veliko olajšanje, da se je okolica toliko spremenila, da naju sprejema v najini drugačnosti. Vse življenje se je boril proti temu, da ga imajo ljudje za drugačnega, ker je bil globlji, filozofski. Na svoja razmišljanja je dobil odgovor v slogu: »Raje pojej dva čevapčiča in daj mir!« Radosti me, da je še pred smrtjo kot vizionar lahko videl, kako so semena njegove modrosti vzkli in živijo naprej v naju.

BARBARA GRADIČ OSET
Foto: GrupA in osebni arhiv

»Ko se zaveš, kdo si, in ko si svoj, postaneš tudi drugim ljudem zanimiv. Ni bolj privlačne energije, kot je moč avtentičnosti. Ta moč je v svoji esenci mila, ponižna in sočutna.«

