

OPRACOWANE NA PODSTAWIE: WYWIAD NA TEMAT HISTORII ŻYCIA (THE LIFE STORY INTERVIEW)

Project: E-MOTION - potential of hypersensitivity (2018-1-PL01-KA201-051033)

Imię/Pseudonim: P.P.

Wiek: 46

Płeć: M

Kraj/miasto: Włochy/Tivoli

Zawód wykonywany: badacz społeczny

Transkrypcja wywiadu:

ROZDZIAŁY ŻYCIA:

Rozdział 1 – Moje dzieciństwo: daj mi papier i ołówek ... a zdobędę świat!

Już w wieku 3 lat rysowałem świat ze wszystkimi szczegółami, z dużą dokładnością i proporcjami. Jako dziecko robiłem to godzinami, nigdy się nie męcząc. Od zawsze moją główną formą wyrazu była aktywność artystyczna, dzięki której czuję się szczęśliwy i spełniony.

Rozdział 2 – Szkoła: jedna jaskółka wiosny nie czyni! To zdanie, które pisała moja nauczycielka, kiedy udawało mi się przeczytać coś na głos bez popełnienia błędów. W innym wypadku, ilekroć popełniłem błąd, śmiała się ze mnie. Nie lubiłem tego ponieważ było to dla mnie naprawdę irytujące. Ale dzięki temu nauczyłem się kochać jaskółki i wiosnę. Być może to był mój najgorszy moment w życiu.

Rozdział 3 – Dojrzewanie: co za dobry dzieciak!

Wszyscy mi to powtarzali... A ja czułem się z tego powodu bardzo zadowolony: czułem się jak dorosły, co wzmocniło również moje poczucie odpowiedzialności. Od dziecka kochałem porządek. Charakteryzował mnie nad wyraz dojrzały sposób myślenia, a ludzie to zauważali.

Rozdział 4 – Młoda dorosłość: dar empatii

Od zawsze chciałem pomagać innym, pomagałem przyjacielowi lub komukolwiek, kto miał kłopoty. Słuchałem ich słów i zawsze starałem się ich pocieszyć tak, żeby poczuli się lepiej chociaż sam rzadko otwieram się na innych ludzi.

Rozdział 5 – W połowie mojego życia ... Szczęśliwe spotkania!

Kiedy miałem 23 lata i byłem na studiach, wspaniały profesor, który zauważył moje umiejętności obserwacji i dedukcji powiedział do mnie: „Nie powinienes bać się oceny innych ludzi!”. Później bardzo mnie nakłaniał - prawie zmusił - do publicznego wygłoszenia wykładu. To był punkt zwrotny. Od tamtej pory nigdy nie bałem się stawiać czoła trudnym sytuacjom w miejscach publicznych.

Rozdział 6 – Dorosłość: zawsze jest coś, czego możemy się nauczyć!

Patrzę wstecz, widzę miniony czas i cieszę się teraźniejszością... W końcu zrozumiałem, że nie potrzebuję skrzydeł do latania, ale wielkiego serca, potężnej wyobraźni i silnej chęci odkrywania nowych rzeczy.

W moim życiu było wiele „przełomowych” momentów, które dotyczyły mojej kreatywności, bliskich, przyjaciół, pracy. Ale historia, którą postanowiłem się podzielić, jest dla mnie wyjątkowa, ponieważ na zawsze zmieniła moje życie. Tego dnia poznałem mojego przyjaciela Kyrosa: owczarka niemieckiego, który towarzyszy mi już od 15 lat. Było to popołudnie 20 marca 2003 r. Odwiedziłem wtedy przyjaciół, których pies się niedawno oszczenił. Postanowili dać mi jednego szczeniaka w prezencie, wiedząc, że będzie on w dobrych rękach. Wybrałem najbardziej nieśmiałego i introwertycznego malucha: od razu przyciągnął mnie fakt, że czuł się bezbronny i próbował się ukryć. Wydawało się, że mnie polubił i od tego momentu, stał się częścią mojego życia na lata. Powodem, dla którego doświadczenie to było niezwykle pozytywne, jest to, że dzięki Kyrosowi stałem się bardziej świadomy prostych rzeczy w życiu, takich jak natura i ludzie, których kocham. Żyłem z nim, opiekowałem się nim i wychowywałem go, dzieliłem się z nim wrażliwością, a on w zamian okazał mi uwagę i równie niezwykłą wrażliwość. To była piękna lekcja życia.

Najgorszy moment w życiu doświadczyłem podczas mojego dzieciństwa.

W szkole podstawowej nauczyciel karmił lub szydził z każdego, kto popełnił błąd, zwłaszcza podczas głośnego czytania. Ponieważ mam skłonność do przeżywania wszystkiego nadmiernie, czasami byłem przeczulony na każdą otrzymywaną reprimendę, szczególnie publicznie. Były to dla mnie momenty wielkiego upokorzenia i smutku.

Kiedy byłem na zajęciach, czułem się przestraszony i zniechęcony, a mój dyskomfort przejawiał się objawami somatycznymi: prawie każdego ranka cierpiałem na skurcze brzucha, które odzwierciedlały moją niechęć pójścia do szkoły. Ale przede wszystkim, unikałem wypowiadania się podczas lekcji, ponieważ bałem się, że popełnię błąd, a kiedy już mówiłem, czułem się bardzo niepewnie. Jednak ta sytuacja nie zniechęciła mnie do utrzymywania doskonałych relacji z kolegami z klasy, a przede wszystkim do ciężkiej pracy. Zwłaszcza że wiedziałem, że jestem dobry w robieniu wielu rzeczy, nawet jeśli publicznie miałem z nimi problem. To były moje ograniczenia, których nie potrafiłem przezwyciężyć przez długi czas; dało mi to wewnętrzną motywację, by zawsze dawać z siebie wszystko.

Wybrałem swoje doświadczenie w college'u jako punkt zwrotny, ponieważ rzeczywiście tak było.

Byłem na studiach: zapisałem się do School of Economics, co nie było moim pierwszym wyborem. Nie podobało mi się to, ponieważ tematy ekonomiczne wydawały mi się nudne i wcale niestymulujące. Sama myśl, że muszę spędzić życie na rozmowach o pieniądzu i sprawieniu, by inni ludzie zrozumieli szalone mechanizmy opodatkowania, będąc jednocześnie zamkniętym w biurze, było stresujące. Moim prawdziwym powołaniem była komunikacja lub sztuka, ale byłbym zadowolony z każdej szkoły, w której nauczano przedmiotów kreatywnych. W tamtym czasie, w 1994 roku, w Rzymie nie było żadnego kursu bazującego na komunikacji. Biorąc pod uwagę presję mojej rodziny i brak możliwości przeniesienia się do innego miasta, byłem zmuszony wybrać to, co uważałem za mniejsze zło.

Na zajęcia z polityki gospodarczej, które z resztą były bardzo trudne, uczęszczałem do grupy badawczej, w której spotykał się z nami światowej sławy i bardzo szanowany wykładowca. Zachęcał nas do ćwiczeń z logiki ekonomicznej i myślenia politycznego. Kiedyś, podczas jednego z ćwiczeń doszedłem do tego samego wniosku, co mój profesor, ale poprzez diametralnie odmienne i przeciwne rozumowanie. Kiedy zwróciłem na to uwagę, profesor zauważył coś interesującego. Powiedział mi, że bardzo docenia mój sposób rozumowania i poprosił mnie o przedstawienie go następnego dnia podczas jego wykładu, dla dwustu osób.

Zdając sobie sprawę z moich silnych ograniczeń dotyczących publicznych wystąpień, odrzuciłem jego zaproszenie, wymieniając tysiące powodów, które wyraźnie brzmiały jak kilka wymówek. Widząc mój dyskomfort, profesor powiedział: „Nie bój się tego, co myślą inni studenci. Jedyną opinią, która powinna ciebie obchodzić, jest moja opinia! Jeśli jutro nie wygłosisz tej prezentacji, nie dostaniesz dobrej oceny z egzaminu! Jeśli uda Ci się przedstawić dobrą prezentację, dam Ci w prezencie ładną książkę”. Co mogłem zrobić? Zgodziłem się, w duchu nienawidząc tego człowieka. Spędziłem okropną noc, w myślach

przygotowując swoje przemówienie i wyobrażając sobie, jak publiczność wybucha śmiechem, gdy emocje biorą górę i nie pozwalają mi wykształcić słowa.

Następnego dnia poszedłem na zajęcia, szedłem jak na ścieżce. Pamiętam to jakby to było wczoraj; profesor był wspaniały, przedstawił mnie wszystkim z życzliwością i szacunkiem, po czym oddał mi głos, mrugając do mnie z uspokajającym i zadowolonym z siebie wyrazem twarzy. Jednym spojrzeniem przekazał mi całą swoją pewność siebie i aprobatę.

Kiedy wszedłem na mównicę, doznałem czegoś na podobieństwo utraty przytomności, ponieważ nagle publiczność zniknęła. Skupiłem się na temacie i patrzyłem tylko na profesora, który słuchał i kiwał głową. Mówiłem po mistrzowsku, nie zdając sobie z tego sprawy. Kiedy skończyłem, cała publiczność spontanicznie klaskała.

W tym konkretnym momencie poczułem, że przełamałem opór, który nosiłem w sobie, a który uniemożliwiał mi bycie sobą. Ten profesor, będzie na zawsze w moim sercu, odblokował mnie. Jego wrażliwość i profesjonalizm dowiodły, że miał rację, potrzebowałem jego pomocy, a on to rozumiał.

Uważam, że był to przełomowy moment w moim życiu, ponieważ bardzo negatywne emocje zmieniły się w bardzo pozytywne, co odmieniło mój sposób bycia i być może także plany zawodowe.

Od tego czasu zacząłem pracować jako pedagog, wygłaszając wykłady i przemówienia publiczne. Zacząłem postrzegać rzeczy inaczej i pracować nad sobą, aby przezwyciężyć wszystkie ograniczenia, jakie niesie ze sobą moja wrażliwość. Zdałem sobie sprawę, że przekraczając te granice, otworzą się przede mną nowe możliwości.

Ostatecznie zmieniłem specjalizację i ukończyłem nauki o komunikacji społecznej.

Moim pozytywnym wspomnieniem z dzieciństwa jest wyjazd pewnego lata z rodziną do ciotki i wujka mieszkających na wsi. W ich rodzinnej wsi obchodzono wtedy dzień patrona wioski i tradycją było spożywanie obiadów z całą rodziną. To było wielkie spotkanie rodzinne ze wszystkimi moimi wujkami i kuzynami. Z tej okazji wujek zamierzał zarządzić jagnię i zrobiło mi się żal tego biednego zwierzęcia. Nigdy nie byłem wegetarianinem, ale myśl o zabiciu tej owieczki sprawiła, że poczułem się smutny. W końcu mój stosunek do tej sytuacji przekonał mojego wujka do rezygnacji z planu i zmiany menu! Mimo wszystko było to miłe spotkanie i miło wspominam ten dzień.

Negatywne wydarzenie, które chciałbym wymazać z pamięci, wydarzyło się w okresie dojrzewania, kiedy w przypiływie wściekłości pobiłem młodszego brata i uszkodziłem mu czaszkę. Chociaż czasami wdajemy się w bójkę, jak wszyscy bracia, chciałbym wymazać to

wydarzenie, ponieważ mój gniew został wywołany z bardzo mało znaczącego powodu - oglądania filmu w telewizji.

Pamiętam, że oślepiła mnie wtedy wściekłość, prawdopodobnie z powodu prowokacyjnej postawy mojego brata, ale był on tylko dzieckiem, a ja byłem już nastolatkiem. Martwi mnie to, ponieważ zdaję sobie sprawę, że pomimo mojej dużej cierpliwości, wiem, że mogą się zdarzyć chwile, kiedy złość potrafi przyćmić zdrowy rozsądek i mogę stać się wyjątkowo agresywny.

Przez pewien okres mojego życia pracowałem jako wychowawca w domu dziecka. Wśród moich wychowanków była nastoletnia romska dziewczyna, którą usunięto z jej obozu i umieszczono w placówce opiekuńczej. Była wesołą dziewczyną, ale czasami wpadała w głęboki smutek, który powodował, że robiła sobie krzywdę. Kiedy miała załamania emocjonalne, kaleczyła swoje ciało. Nie pozwoliła nikomu z opiekunów ani rówieśników na dotykanie jej, nawet na opatrywanie ran, z wyjątkiem mnie.

Ufała mi, dużo ze mną rozmawiała, często opowiadała mi o swoim dyskomforcie związanym z byciem „Cyganiem”, o ludzkich uprzedzeniach, o nieustannej nietolerancji, z którą musiała się zmagać. Powiedziała, że nie może żyć poza swoim „gettem” i prowadzić normalnego życia, ponieważ nikt jej nie zaufa i nie da jej pracy bo jest Cyganką. Jednocześnie nie mogła pozostać w swoim otoczeniu, w obozie nomadów, ponieważ byłaby zmuszona żyć w sposób, który jej nie odpowiadał. Płacząc, opowiadała mi te wszystkie rzeczy, podczas gdy ja dezynfekowałem zrobione przez nią same skaleczenia. Te, zrobione za każdym razem, gdy czuła się przytłoczona świadomością swojej sytuacji życiowej.

Świadomość, że są ludzie, którzy wciąż znajdują się w takiej sytuacji, sprawia mi smutek i napęla mnie poczuciem bezradności, tak jak wtedy. Mam nadzieję, że moja empatia pomogła jej przezwyciężyć dyskomfort. Wielokrotnie doświadczałem empatii w swoim życiu. Bycie empatycznym pozwala ludziom doświadczać istotnych rzeczy i sprawia, że patrzymy na życie oczami naszej duszy.

Wierzę w Boga. Wychowano mnie na katolika ale nie wierzę w różnice religijne, które moim zdaniem są tylko rytuałami związanymi z tradycjami społecznymi i kulturowymi.

Czasami, w niezwyklej okolicznościach, czuję obecność Boga lub dostrzegam sygnały albo wibracje emocjonalne. Dzieje się tak najczęściej, gdy patrzę na przyrodę albo w trudnych wstrząsających sytuacjach z udziałem siebie i innych ludzi, które sprawiają, że stajemy się bardziej spostrzegawczy.

Podzielę się dwoma takimi historiami. Kilka lat temu miałem wypadek na motorowerze. Potrafił mnie samochód jadący z dużą prędkością. Kiedy spadałem, poczułem rękę chroniącą mnie i kładącą na ziemi. Wstałem bez zadrapania. Podczas upadku, poczułem silną duchową

obecność. Postrzeganie czasu uległo zmianie - wszystko wydarzyło się w ciągu kilku sekund, ale wydawało mi się, że działo się to znacznie dłużej. Doskonale pamiętam wszystkie uczucia, myśli i obrazy, które przeszły przez mój umysł. Czułem się jak w bąblu powietrza, chroniony, unoszący się i otoczony pozytywną energią.

Inna sytuacja miała miejsce dwa lata temu, w święto Trzech Króli. Byłem na stacji w Rzymie. Czekając na mój pociąg, nagle poczułem duchową potrzebę pójścia do kościoła. Uczucie było tak intensywne, że czułem się żywo poruszony. Wyszedłem ze stacji bez celu, szukając najbliższego kościoła, do którego łatwo udało mi się dotrzeć, chyba dzięki niespotykanemu wewnętrznemu przyciąganiu. Dziwne było to, że relikwia kołyski Chrystusa była przechowywana w tym kościele i był to dzień Objawienia Pańskiego, kiedy chrześcijańska tradycja religijna celebruje Trzech Króli.

W przyszłości zrobię wszystko, na co kiedyś miałem ochotę, ale z jakichś powodów zrezygnowałem. Więcej czasu poświęcę sobie i swoim zainteresowaniom, więcej czasu spędzę w pozytywnym otoczeniu, w kontakcie z naturą, sztuką i ciekawymi ludźmi. Zacznę znowu malować i robić kreatywne rzeczy.

Chcę spędzać więcej czasu słuchając siebie, mieć bardziej empatyczny stosunek do samego siebie, i odkrywać swoje ukryte cechy: nowe umiejętności i perspektywy.

Chcę poświęcić sobie taką samą uwagę, jaką zwykle poświęcam innym, nie będąc jednocześnie samolubnym i dać sobie możliwość dążenia do szczęścia.

Chciałbym zbudować wokół siebie pozytywną przestrzeń - część świata w której chciałbym żyć, pomijając wszystko, co jest bezużyteczne do osiągnięcia mojego szczęścia.

Przez najbliższe trzy lata będę zawodowo zajmował się badaniami naukowymi. Osobiście myślę, że praca jest ważnym aspektem życia, ale na życie składa się również wiele innych istotnych rzeczy. W tym przypadku jednak uważam to doświadczenie zawodowe za bardzo stymulujące, ponieważ może być ono okazją do zmiany wielu rzeczy w przyszłości, spełnienia moich marzeń i rozwijania innych aspektów mojego życia. Może to być też okazja do robienia ciekawych rzeczy, poznawania nowych ludzi, podróżowania i zbierania nowych doświadczeń. Dlatego nie postrzegam swojej aktywności zawodowej jako pracy, ale jako świetną możliwość do otwartości i pozytywnej zmiany.

W swoim życiu stanąłem przed wieloma emocjonalnymi wyzwaniami: utrata bliskich, radzenie sobie z chorobą matki, chęć dokończenia studiów takich jakie pragnę, chęć ciągłej zmiany i ulepszania siebie i swojego środowiska.

Mierzyłem się z tymi wyzwaniami z wielkim zaangażowaniem emocjonalnym, zawsze wiedząc, że będę w stanie rozwiązać wszystko, pomimo że czułem przy tym bardzo intensywne emocje.

Jako osoba wysoko wrażliwa jestem skłonny słuchać innych, zawsze mieć dla każdego słowa pocieszenia, nigdy nie odmawiać innym siebie. Ale drugą stroną medalu jest to, że nie jestem skłonny do otwierania się, bycia wysłuchanym, do otrzymywania pomocy od innych.

Nigdy nie wyrażam tego, co czuję, gdy mam do czynienia z problemami oraz szczególnie negatywnymi emocjami: lękiem, smutkiem, złością itp. Być może jest to największy problem, jakim muszę się zająć. Muszę być mniej wrażliwy.