

INTERVIU BIOGRAFIC – LIFE STORY

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

Nume: P.P.

Varsta: 46

Gen: M

Oras: Italy/Tivoli

Vocatie: social researcher

Interview Transcript:

Viata mea in capitole:

Capitolul 1 - Copilaria: Da-mi hartie si creion... si ma voi ridica in lume!

Cand aveam 3 ani, deja desenam lumea in detaliu, cu precizie si simt al proportiei. Copil fiind, imi petreceam ore in sir desenand, fara sa obosesc. Simtul artistic a fost intotdeauna principala mea forma de exprimare, ma face sa ma simt implinit si fericit.

Capitolul 2 - Scoala: Cu o randunica nu se face vara!

Era propozitia pe care invatatoarea o spunea atunci cand reuseam sa citesc tare fara sa fac greseli; in schimb, atunci cand greseam, radea de mine; nu imi placea, chiar inrautataea situatia. Insa, asta m-a invatat sa iubesc randunelele si vara. Probabil asta a fost punctul meu cel mai de jos din copilarie.

Capitolul 3 - Adolescenta: Ce copil bun (cuminte)!

Toata lumea imi spunea asa... si ma simteam incantat: ma facea sa ma simt ca un adult si imi intarea simtul responsabilitatii. Inca de cand eram copil, iubeam ordinea si aveam o gandire complexa si profunda, iar ceilalti au observat asta, presupun ca era destul de clar.

Capitolul 4 – Tinerețea: Darul empatiei

Intotdeauna am acționat pentru a-i ajuta pe ceilalți, mereu gata să ajut un prieten sau pe cineva aflat în dificultate. Îi ascult pe ceilalți și le spun cuvinte reconfortante pentru a-i face să se simtă mai bine. Însă, rar mă deschid în fața altora.

Capitolul 4 – La jumătatea vieții... întâlniri norocoase!

În facultate, când aveam 23 de ani, un profesor minunat a remarcat abilitățile mele de observare și deducție și mi-a spus: „Nu trebuie să te temi de judecata celorlalți!” și m-a împins atât de mult, aproape m-a forțat, să țin o prelegere în public. Acesta a fost punctul de cotitură. De atunci, nu m-am mai ferit niciodată să mă confrunt cu situații dificile în public.

Capitolul 5 - Maturitatea: Intotdeauna mai există ceva ce putem învăța!

Privind înapoi, observ cum a trecut timpul... și mă bucur de prezent; la urma urmei am realizat că nu ai nevoie de aripi ca să zbori, ci de o inimă mare, imaginație bogată și un impuls puternic de a descoperi lucruri noi.

Au existat multe momente pozitive în viața mea, care au implicat creativitatea, persoanele iubite, prietenii, munca. Însă povestea pe care m-am decis să o împărtășesc este specială pentru mine, căci mi-a schimbat viața pentru totdeauna.

A fost ziua în care l-am întâlnit pe prietenul meu Kyros: un ciobănesc german care mi-a fost alături 15 ani. În după-amiaza zilei de 20 martie, 2003, am vizitat un prieten al cărui câine fatase. Așa că, gazdele s-au gândit să îmi ofere cadou un cățeluș, pentru că știau că va fi pe maini bune. Am ales cel mai rusinos și introvert pui: m-am simțit imediat atras de vulnerabilitatea lui și de faptul că încerca să se ascundă. Părea să mă placă și, din acel moment, a devenit o parte din viața mea. Motivul pentru care experiența asta a însemnat atât de mult, a fost faptul că, datorită lui Kyros am început să fiu mai conștient de lucrurile simple, de natură și de oamenii dragi. Am locuit cu el, am avut grijă de el, l-am educat. Mi-am împărtășit sensibilitatea cu el, iar el mi-a arătat la randul lui afecțiunea și sensibilitatea lui extraordinară. A fost o lecție de viață minunată.

Punctul cei mai de jos al vietii mele a fost in copilarie.

In scoala elementara, invatatoarea certa sau batjocorea pe oricine facea o greseala, mai ales atunci cand trebuia sa citim cu voce tare. Din moment ce am tendinta sa fiu sensibil, cateodata pana la un nivel ridicat de transparenta si vulnerabilitate, ori de cate ori eram muștrat, in special in public, traiam o stare de umilinta si soc.

Cand eram in clasa, ma simteam speriat si inhibat, si imi exprimam disconfortul prin simptome somatice: aproape in fiecare dimineata aveam dureri de burta, ca un refuz de a merge la scoala. Pe parcursul orelor interminabile de la scoala, evitam sa ma manifest fiindca imi era teama sa nu gresesc, iar atunci cand greseam ma simteam foarte nesigur pe mine. Totusi, aceasta situatie nu m-a descurajat sa am o relatie excelenta cu colegii mei si, mai presus de toate, sa lucrez din greu, din moment ce stiam ca ma pricep sa fac multe lucruri pe care nu le pot face bine in public. Asta a fost o limitare de care am suferit timp indelungat si pe care m-am straduit mereu sa o depasesc; mi-a oferit o motivatie interna de a ma descurca mereu mai bine.

Aleg sa mentionez experienta din facultate ca un punct de cotitura, pentru ca chiar asa a si fost.

M-am inscris la facultatea de economie, care nu a fost prima mea optiune. Nu mi-a placut, din contra, economia mi se parea un subiect plictisitor si nestimulant: simplul gand de a-mi petrece viata vorbind despre bani, facandu-i pe alti oameni sa inteleaga mecanismele intortocheate ale impozitarii si sa stau inchis intr-un birou toata ziua, imi crea un mare stres. Adevarata mea vocatie era comunicarea sau artele; dar as fi fost multumit cu orice scoala in care erau predate subiecte creative. In acea perioada, in 1994, in Roma, nu existau cursuri de comunicare; asa ca, datorita presiunii familiei si imposibilitatii de a ma muta in alt oras, am fost fortat sa aleg „raul cel mai mic”.

Pentru examenul de politici economice, care era foarte greu, a trebuit sa particip la un grup de studiu, in care profesorul, un membru al facultatii renumit international si foarte respectat, ne implica in exercitii de logica economica si gandire politica. Odata, in timpul acestui tip de exercitii, am ajuns la aceeasi concluzie ca si profesorul, dar printr-un rationament opus. Cand

am mentionat acest lucru, profesorul m-a remarcat, mi-a spus ca apreciaza felul in care gandesc si m-a rugat sa-mi prezint punctul de vedere a doua zi, la cursul lui, in fata a doua sute de studenti.

Fiind constient de limitele mele in ceea ce priveste cititul in public, am refuzat invitatia, aducand tot felul de motive care mai degraba sunau ca niste scuze. Profesorul si-a dat seama si a inteles disconfortul meu, dar mi-a spus: „Nu iti fie teama de parerea celorlalti studenti; singura parerea de care trebuie sa iti pese este a mea. Totusi, daca nu tii prezentarea maine, nu vei avea o nota buna la examen. Iar daca participi cu o prezentare buna, iti voi oferi o carte drept cadou.” Ce as fi putut face? Am acceptat, bineinteles, suparat. Am petrecut o noapte infernala, pregatindu-mi obsesiv discursul, imaginandu-mi cum publicul izbucneste in ras cand devin prea emotionat sa mai pot vorbi.

A doua zi m-am dus la curs ca si cum as fi mers la spanzuratoare, inca imi aduc aminte foarte bine acele emotii. Profesorul a fost minunat, m-a prezentat tuturor cu amabilitate si stima, si apoi mi-a dat cuvantul, facandu-mi cu ochiul intr-o expresie linistitoare si satisfacuta; mi-a transmis toata increderea lui si aprobarea dintr-o privire.

Cand am inceput sa vorbesc, parca m-am detasat inconstient de tot, audienta a disparut, iar eu m-am concentrat doar pe subiect, uitandu-ma numai la profesorul care ma asculta si dadea aprobator din cap. Am vorbit cu maiestrie, fara sa realizez asta. Cand am terminat, toata audienta a aplaudat spontan.

In acel moment am simtit ca am depasit o limita interioara care ma oprea sa fiu eu insumi. Acel profesor, care a ramas mereu in inima mea, m-a deblocat. Sensibilitatea si profesionalismul sau l-au facut sa aiba dreptate, chiar aveam nevoie de ajutorul lui, iar el a inteles asta.

Cred ca acesta a fost un episod fundamental din viata mea ca persoana hipersenzitiva, deoarece o emotie negativa apasatoare a fost transformata intr-una extrem de pozitiva, iar asta mi-a schimbat felul de a fi si probabil si destinul meu profesional.

De atunci, am inceput sa lucrez ca si educator, tinand cursuri si prezentari in public. Am inceput sa vad lucrurile diferit si am lucrat cu mine insumi pentru a depasi limitele pe care mi le-a adus sensibilitatea, realizand ca aceste limite pot fi noi orizonturi.

Pana la urma, am schimbat cursurile si am absolvit stiintele comunicarii.

O amintire pozitiva din copilarie: intr-o zi de vara, am fost cu familia sa imi vizitez matusa si unchiul care locuiau la tara. Era o zi de sarbatoare, cea a sfantului protector al satului parintilor mei; traditia era sa luam pranzul impreuna cu toata familia. A fost o mare reunire de familie, cu toti unchii si verisorii. Special pentru acea ocazie unchiul meu urma sa sacrifice un miel, iar mie imi parea foarte rau pentru bietul animal. Nu am fost niciodata vegetarian, insa ideea ca mielul urmeaza sa fie omorat ma intrista foarte tare. Pana la urma, starea mea l-a convins pe unchiul meu sa renunte la plan si a schimbat meniul. Cu toate astea, a fost o intalnire reusita, iar pentru mine o zi placuta de retinut.

Un eveniment negativ pe care mi-ar placea sa il sterg din memorie s-a intamplat in adolescenta, cand l-am batut pe fratele meu mai mic intr-o izbucnire de furie si i-am spart capul.

Desi ne bateam ocazional, asa cum fac toti fratii, mi-ar placea sa sterg acest episod din minte pentru ca furia mi-a fost declansata de niste motive puerile: vizionarea unui film la televizor.

Imi aduc aminte ca am fost orbit de furie, probabil din cauza atitudinii provocatoare a fratelui meu, insa atunci el era doar un copil, iar eu eram deja adolescent. Asta ma deranjeaza, pentru ca sunt constient ca, in ciuda rabdarii mele legendare, pot aparea momente cand furia ar putea sa imi tulbure mintea si sa devin foarte agresiv.

O perioada de timp am lucrat ca si educator intr-un centru de plasament pentru tineri. Printre ei, era si o adolescenta de etnie rroma, care fusese scoasa din tabara si adusa in grija serviciilor sociale. Era o fata vesela, dar uneori cadea intr-o tristete profunda, care o determina sa se raneasca; cand avea crize emotionale isi taia corpul, bratele. Nu permitea niciunui ingrijitor sau coleg sa o atinga, nici macar sa ii panseze ranile, in afara de mine.

Avea incredere in mine, vorbeam mult, imi spunea deseori despre disconfortul de a fi „tiganca”, despre prejudecatile oamenilor, despre privirile intolerante pe care le vedea in jur; spunea ca nu poate sa traiasca in afara „gheto-ului” ei si sa aiba o viata normala fiindca nimeni nu ar avea incredere in ea, nu i-ar oferi un loc de munca sau vreo atentie pentru este tiganca; in acelasi timp, nu mai putea sta nici in mediul ei, in tabara nomada, pentru ca ar fi fortata sa traiasca intr-un mod care nu ii placea. Imi spunea toate aceste lucruri plangand, in timp ce ii dezinfectam ranile, si mereu era coplecita de constientizarea situatiei ei de viata.

Stiind ca exista oameni care se afla in astfel de situatii ma intristeaza, ma umple de un sentiment de neputinta si acum, la fel ca si atunci. Sper ca empatia mea a ajutat-o sa isi depaseasca disconfortul. Am simtit empatie de foarte multe ori; a fi empatic permite oamenilor sa aiba experiente semnificative, ne face sa vedem viata prin ochii sufletului nostru.

Cred in Dumnezeu. Sunt catolic, pentru ca asa am fost crescut, provenind dintr-o cultura catolica vestica, insa nu cred in diferentele religioase, pe care le consider doar ritualuri legate de traditiile sociale si culturale.

Cateodata, in circumstante neobisnuite, traiesc un sentiment de transcendentă, simt prezenta lui Dumnezeu sau percep semnale ori vibratii emotionale. Asta se intampla mai des cand ma aflu in natura sau in situatii dificile care ma implica pe mine sau alte persoane, si in care, in mod obisnuit, devenim mai receptivi, fiind asa tulburati.

Voi impartasi doua astfel de situatii. Acum cativa ani, am avut un accident cu motoreta: am fost lovit de o masina care circula cu viteza mare. In cadere, am simtit o mana care ma proteja si care m-a asezat pe pamant. Am scapat fara nici o zgarietura. Am simtit o puternica prezenta spirituala atunci cand cadeam. Perceptia timpului s-a modificat: totul s-a petrecut in cateva secunde, insa eu am simtit ca a trecut mai mult timp. Imi amintesc perfect tot ce am simtit, toate gandurile si imaginile care mi-au venit in minte; m-am simtit ca intr-o bula, protejat si plutind, invaluit intr-o energie pozitiva.

Alta situatie memorabila a avut loc acum doi ani, de Boboteaza. Ma aflam intr-o statie in Roma, asteptand sa vina trenul, si, dintr-odata am simtit un impuls sa merg la biserica. Sentimentul era intens, m-am simtit vibrand si m-am pus in miscare. Am iesit din gara fara tinta, cautand o biserica, pe care am gasit-o cu usurinta, intuitiv. Ciudat era ca ramasitele leaganului lui Hristos se pastreaza exact in acea biserica din Roma, iar atunci tocmai era Boboteaza, cand religia crestina sarbatoreste ofrandele Magilor.

In viitor vreau sa fac tot ceea ce mi-am dorit sa fac si am renuntat. Imi voi dedica mai mult timp mie insumi si pasiunilor mele, voi petrece mai mult timp in medii pozitive, in contact cu natura, arta si oameni interesanti. Voi reincepe sa pictez si sa ma ocup de lucruri creative.

Vreau sa imi petrec mai mult timp ascultand de mine insumi, sa am o relatie mai empatica cu mine, sa-mi descopar parti ascunse: noi abilitati si perspective.

Imi doresc sa imi ofer acceasi atentie pe care o ofer in mod normal celorlalti, fara sa fiu egoist; sa imi ofer posibilitatea sa imi urmaresc fericirea.

Imi doresc sa construiesc un spatiu pozitiv in jurul meu, ca parte a lumii in care vreau sa traiesc, lasand in afara tot ceea ce nu imi este de folos in atingerea fericirii.

In urmatorii trei ani, voi fi ocupat cu cercetarea academica. Personal, cred ca munca este un aspect important al vietii, insa viata este facuta din multe alte lucruri importante. Oricum, in acest caz, gasesc experienta profesionala ca fiind foarte stimulanta: poate fi o oportunitate sa schimb multe lucruri, sa imi implinesc visele si alte aspecte ale vietii mele: sa fac lucruri interesante, sa cunosc oameni noi, sa calatoresc si sa am experiente semnificative. De aceea, nu privesc activitatea profesionala ca un job, ci ca o posibilitate uriasa pentru deschidere si schimbari pozitive.

Pe parcursul vietii am avut multe provocari emotionale: pierderea celor dragi, gestionarea bolii mamei mele, dorinta de a-mi completa studiile facand ceea ce imi place, dorinta de a ma schimba constant si de a ma imbunatati pe mine insumi si mediul meu.

Am infruntat toate aceste provocari cu o mare implicare emotionala, stiind mereu ca voi putea rezolva totul, dar simtind emotii intense atunci cand se intamplau lucruri...

Ca persoana hipersenzitiva, sunt inclinat sa ii ascult pe ceilalti, sa am mereu cuvinte de mangaiere pentru toata lumea, sa nu ma neg niciodata pe mine; inasa, cealalta parte a monedei este ca am tendinta sa nu ma deschid, sa ma las ascultat, sa primesc ajutor din partea celorlalti.

Nu exprim niciodata ceea ce simt atunci cand intampin dificultati, in special nu imi manifest emotiile negative: anxietate, suparare, furie, etc.

Poate ca asta este cea mai mare problema pe care trebuie sa o abordez. Ar trebui sa incerc sa fiu mai putin sensibil.