



**Petra Parač**

### **Grižnja savjesti i krivnja**

*Ključ je u nama!*

Često hodamo kroz život noseći terete grižnje savjesti i krivnje zbog kojih ne možemo biti slobodni, uživati i živjeti u sadašnjem trenutku. Najčešće ju nosimo iz obitelji u kojoj smo odrasli. Jel' se sjećate onog „ti si kriv/kriva, kako te nije sram, ti ćeš biti za ovo kriva, zbog tebe mi se ovo desilo, kako možeš uživati dok je meni teško, mi se mučimo, a ti si takav/takva?“

Sve te obrasce, etikete i rečenice koje uvijek odnekud dolaze iz podsvijesti nosimo sa sobom. Ne oblikuje vanjski svijet našu stvarnost, već naše misli i naša uvjerenja iznutra oblikuju vanjski svijet. Osobe pune krivnje i grižnje savjesti hodaju svijetom osjećajući se krivima za sve. Vrlo često i u obiteljima dobiju ulogu krivca, pa su za sve krivi. Iz takvih uvjerenja biraju prijatelje i partnere. Da bi taj krug prestao, potrebno je razumjeti malo širu sliku. Vrlo često trebamo biti odrasliji od svojih roditelja i ljudi koji su nam to radili, mi moramo biti roditelji i razumjeti zašto su nam to radili. Kada vidimo širu sliku i proanaliziramo zašto su radili to što su radili, pod kakvim obrascima su oni odgajani, kakva djetinjstva i probleme su oni imali, možemo možda shvatiti zašto su nam to radili.

To ne znači da trebamo dopustiti da nas se ugrožava na bilo koji način, ali nam pomaže da shvatimo da nisu znali drugačije, da su najbolje radili što su znali sa znanjem koje su imali. Možemo shvatiti da su i oni ranjena djeca kao i mi, da ni oni nisu dobili dovoljno onog što su trebali, da u svojoj biti oni sebe ne vole, jer osobe koje vole i prihvaćaju samog sebe, ne nanose patnju drugome. A nisu nam mogli dati ono što nemaju. Bol koju nosimo u sebi ne može razumjeti onaj tko ju nije prošao. Može suosjećati, ali nitko ne zna kako je s tim živjeti. Ključ je uvijek isti, i nalazi se na istom mjestu. Ključ je u nama i ključ smo mi. To malo ranjeno dijete u nama, puno grižnje i krivnje savjesti neće spasiti ni partneri, ni prijatelji, ni uzvratanje i osvećivanje onima koji su nam je nanijeli. Puno ljudi se moli, ali Bog nam je dao razum, percepciju i tijelo da djelujemo, da se borimo, da budemo odgovorni za svoj život.

Molitva bez djelovanja i angažmana nema smisla. Krivnju i grižnju savjest trebamo sami skinuti sa sebe i shvatiti da je sve onako kako je trebalo biti, da smo radili najbolje što smo znali sa znanjem koje smo tada imali. Sve to nam, ako smo pametni, može biti jedno iskustvo da greške ne ponavljamo. I da jednostavno idemo dalje. Nismo se rodili da bi bili Majka Terezija i Isus. Nismo se rodili da ne bi griješili i bili bezgriješni, nego da bi rasli, učili i razvijali se, a to je nemoguće bez da nam se dogodi koja pogreška. Mi nismo krivi, i ne možemo biti krivi za tuđe živote. Mi smo odgovorni samo za svoj život i svoje poteze. Druge ne smijemo ni na nijedan način ugrožavati, fizički ni psihički, ali kako će oni doživljavati naš život, naše izbore, to nije naš problem. To što nas netko krivi i nabija grižnju savjest, ne znači da smo krivi niti da ju trebamo imati. To rade neodgovorni i nesamostalni ljudi. A mi smo krivi ako takve priče previše doživljavamo.