

"Ģimene ir lieliska vieta, kur trenēties pret individuālismu."

Paloma Blanka kā referente piedalījās 11. Svētā Hosemarijas simpozijā, kas 17. un 18. novembrī notika Hāenā, kur viņa stāstīja par savu pieredzi pēdējos mātes gados, kad viņa saskārās ar lielajiem sabiedrības un ģimenes izaicinājumiem.

18.12.2023

Mēs atrodamies pārmaiņu laikā sabiedrībā. Kādi pašreizējā konteksta elementi veicina vai neveicina draudzību ģimenē?

Kļūst skaidrs, ka mēs vairs neatrodamies pārmaiņu, bet gan laikmeta pārmaiņu laikā. Mēs esam tās liecinieki un varoņi. Tā ietekmē mūs visus. Ģimene jau kādu laiku piedzīvo dziļas pārmaiņas, tomēr vienlaikus tā joprojām ir cietoksnis, kurā cilvēki rod patvērumu, kurā mūs mīl tādus, kādi esam, kurā esam paši par sevi.

Es teiktu, ka galvenais elements, kas kavē draudzību ģimenē un sabiedrībā kopumā, ir izteiktais individuālisms, kas valda mūsu sabiedrībā un kas liek mums sevi uzskatīt par prioritāti citu priekšā. Pat ja mēs to nevēlamies, pastāv ļoti spēcīga straume, kas mūs velk uz šādu kultūru.

Ļaujoties tam, kas mums vienmēr
liek justies labi, jo mēs esam
emocionāli, subjektīvi subjekti,
kuriem nepieciešams just, mēs
domājam par sevi vairāk, nekā
vajadzētu. Lai gan ģimene ir lielisks
treniņš, lai pret to cīnītos, un
vecākiem ir jābūt blakus, lai
palīdzētu mums to sasniegt.

**Tagad mums, vecākiem, ir jauni
izaicinājumi, lai veltītu kvalitatīvu
laiku saviem bērniem. Kā izkāpt
no šī, kā jūs izsakāties, kāmjā rata?**

Es nevēlos negatīvi vērtēt sabiedrību,
kurā mēs dzīvojam, jo, lai gan tai ir
savas problēmas, tā ir brīnišķīga
sabiedrība, un mums ir jāiemācās to
mīlēt, lai būtu tās daļa un negribētu
noslēgties burbulī, kurā mums nav
ko dot. Tomēr ir arī labi apzināties
šīs problēmas, lai mēs varētu tām
stāties pretī pēc iespējas labāk.

Kāmis savā būrī iesēžas ritenī un sāk
skriet, neapstājoties, jo tas nedomā,

kurp tas skries, bet vienkārši skrien,
lai turētos līdzī tempam un netiktu
izmests no būra. Tam nav mērķa, tas
par to nav domājis. Bet šo tempu viņš
ir uzspiedis pats sev, viņš bija tas,
kurš sāka skriet.

Es domāju, ka daudzi no mums ir
šajā ritenī, un reizēm mums nav
laika domāt par to, kurp mēs ejam.
Mēs vienkārši cenšamies turēties
līdzī tempam, ko tas mums uzspiež,
cenšoties neiespringt kādā virzienā.
Un, lai ritenim piešķirtu vēlamo
ātrumu, mums ir jāapstājas un
jāpārdomā: jāredz, kas darbojas un
kas ne, kādu dzīvesveidu es vadu un
kādu liek vadīt apkārtējiem, kādas
stresa virsotnes mums ir mājās... un,
kad esam novērojuši un
pārdomājuši, jāpieņem lēmumi par
pārmaiņām - ar prātu, stratēģiju un
entuziasmu.

Kā teicis Čestertons citātā, ko man
patīk atcerēties: "Katru laikmetu

glābj saujiņa cilvēku, kuriem pietika drosmes būt neaktīviem". Mūsu mājās ir mūsu laika neprecizitātes. Mums ir jāstāv viņiem līdzās, jāskatās uz viņiem, jāuzklausā, jāamāca, jāpalīdz, jāpalīdz, jāpalīdz un jāpavada viņus šajā ne vieglajā ceļā, ko viņi iet. Apstādināsim ratu un pievērsīsimies tam, kas patiešām ir svarīgs.

Ko jūs domājat, kad runājat par "skatīšanās brillu uzlikšanu" mājās?

Es runāju par to, ka to maz laika, kas mums agrāk bija atvēlēts pārdomām un novērošanai, ir aizstājis laiks, ko mēs pavadījām, izmantojot mobilo tālruni. Un dažkārt mums apkārt notiek lietas, kuras mēs palaižam garām, ja nepievēršam uzmanību un neskatāmies uz augšu (nevis uz leju, uz savu mobilo tālruni). Sākot ar bērnu, kurš pārdzīvo kādu delikātu brīdi, kaut ko, ko esat darījuši

nepareizi un neesat sapratuši, jūsu attiecības, lietas, kas nestrādā mājās... tūkstošiem situāciju, kas prasa mūsu uzmanību, tagad tik izkaisītu.

Tāpēc nav nekā labāka par to, ka reizēm uzliekam "redzes brilles", lai mēģinātu ieraudzīt jaunas lietas. Dažreiz, kaut ko tik ļoti ieraudzījis, tu to normalizē. Piemēram, netīrs kalns jūsu mājas stūrī. Sākumā tas jūs traucē, tad jūs to sākat normalizēt, un beigās jūs to pat vairs neredzat. Ar brillēm jūs atkal pamanāt šos kalnus, situācijas vai attieksmi, un sākas reāla pārmaiņu iespēja. Dažreiz pat ar šīm brillēm jūs redzat skaistas lietas un domājat: "Es to daru pareizi".

Simpozijā jūs teicāt, ka mēs dzīvojam ar daudzām stresa virsotnēm. Kā mēs varam pārvērst šīs virsotnes par plato?

Man šķiet, ka tā ir viena no lieliskajām stratēģijām, kas jāievēro, uzliekot brilles. Tas noteikti ir būtisks uzdevums vecākiem, bet vispār jebkuram cilvēkam: analizēt stresa virsotnes savā ikdienas dzīvē un strādāt, lai tās pārvērstu par līdzenumiem.

Dažkārt, tā kā neesam pārdomājuši, mēs dzīvojam situācijās, kas mūsu dienā rada daudz stresa, un, veicot tikai nelielas pārmaiņas, jūs varat novērst lielu daļu vai visu šo stresu. Tas šķiet mulķīgi, bet, ja jūs vienmēr kaut kur kavējaties un vienmēr jūtaties pārslogoti, un jūs to pārnesat uz citiem, saviem bērniem vai apkārtējiem, dodieties uz darbu 15 minūtes ātrāk. Strādājiet pie tā. Tas šķiet pašsaprotami, bet tā nav, jo atkal un atkal ar jums notiek tas pats.

Manā gadījumā es atklāju, ka lielākais stresa pīķis mūsu mājā bija došanās uz skolu no rītiem. Vienmēr

trūka kāda kurpe, kas galu galā parādījās pēc daudz kliegšanas un lamāšanās zem dīvāna, vai neparakstīta piezīme, kas bija absolūti nepieciešama, vai tūkstošiem ikdienas situāciju, kas izrietēja no sliktas vadības. Mans nabaga vīrs jau no rītiem no mājām iznāca šausmīgā stresā un ar raustīšanos acīs. Pēc tam, kad par to padomāju un izstrādāju dažas rutīnas (un gaitenī uzstādīju formas tērpu plauktiņu), situācija ir ļoti mainījusies.

Daži cilvēki uzskata, ka saites sociālajos tīklos ir ļoti virspusējas, kāda ir jūsu pieredze? Vai jūsu Instagram konts (7paresdekatiuskas) ir devis jums jaunus draugus?

Es saprotu, ka cilvēki daudz ko domā par sociālajiem tīkliem, ja tos redz no malas. Ir visādi, kā visur, bet kopumā es teiktu, ka pozitīvā ir daudz vairāk

nekā negatīvā. Ir daudz vairāk tā, ko var dot un ko var savākt, nekā negatīvā.

Lai gan tam varbūt ir grūti noticēt, starp cilvēkiem veidojas īpašas attiecības. Ļoti savdabīga draudzība, jo galu galā tu iemīli cilvēkus, kurus nekad neesi redzējis klātienē. Ar to pietiktu, lai izstāstītu daudz stāstu un izlasītu dažus no aizkustinošākajiem vēstījumiem.

Bet jā, tā man ir radījusi jaunus draugus, ļoti labus draugus. Esmu dzērusi kafiju ar cilvēkiem, kurus nekad iepriekš nebiju satikusi, esmu piedzīvojusi iespaidīga dziļuma sarunas, esmu daudz lūgusies par cilvēkiem vai delikātām situācijām, esmu redzējusi, kā daudzi cilvēki atgūst savu ticību, pirmo reizi dodas pie grēksūdzes, salabo laulības, jo kādu dienu viņi sastapušies ar tiešraidi, ko redzējuši Instagram... Man patīk domāt, ka esmu varējusi

kaut ko dot, bet tajā pašā laikā es daudz mācos no citiem. Es redzu neticamas lietas un cilvēkus, kas dara brīnišķīgas lietas citu labā.

Tas ir tā vērts, un vēl jo vairāk laikā, kad ir tik daudz cilvēku, kuri jūtas vientuļi. Es ceru, ka kādu dienu man izdosies pastāstīt par tik daudzām lietām, kas notiek un netiek pamanītas.

.....

pdf | document generated
automatically from [https://opusdei.org/
lv-lv/article/gimene-ir-lieliska-vieta-kur-
treneties-pret-individualismu/](https://opusdei.org/lv-lv/article/gimene-ir-lieliska-vieta-kur-treneties-pret-individualismu/)
(13.02.2026)