



DVĚ TVÁŘE ODVAHY

Odvaha vypadá jinak, když ji pozorujeme navenek a když ji prožíváme uvnitř sebe samých. Proč se nám jí tak často nedostává a jak ji v sobě probudit?

TEXT: IVETA CLARKE

Za hluboké totality jsem plná mladických ideálů ilegálně překročila hranice a požádala v Rakousku o politický azyl. To jsem ještě ve své naivitě neměla zdání o tom, co mě čeká. Netušila jsem, že tenhle akt vzdoru a rebelie bude znamenat téměř dva roky bezmoci, čekání na verdikt mašinerie rakouských úřadů a dennodenní konfrontaci s emočními i existenčními důsledky tohoto rozhodnutí. V uprchlickém táboře je člověk vystaven děsivě nejistotě. Pochyby, strach z věcí budoucích, žádná (natouž pevná) půda pod nohama a z toho plynoucí zoufalství jsou na denním pořádku. Když jsem konečně začátkem roku 1989 přiletěla s přistěhovaleckým vízem v pasu do USA, byl za rohem pád berlínské zdi a sametová revoluce. Být legálním evropským přistěhovačkem bylo v té době v Americe považováno za hrdinský čin. Když sdílíte svůj příběh útěku z komunismu (a k tomu jste vyzýváni častěji než je vám posléze milé), v očích Američanů zaplanou ohničky vzpomínek na jejich nedávné předky, kteří se kodrcali prérií na vozech přikrytých plachtou. Potvrzujete jim jejich jedinečný americký sen o svobodě a o odvaze, které je třeba k tomu, aby si člověk tuto svobodu vydobyl. Jejich obdiv k téhle odvaze, která archetypálně koluje v jejich žilách, je očividný. Byla jsem jejich obdivem poctěná, ale sama jsem nějak svůj proces emigrace jako akt odvahy necítila.

Střih. O několik let později se jako americký občan ocitám zpět ve svém rodném městě. Pracuji pro americký úřad v milované Praze, vídám se s kamarády ze školních let, jsem zase obklopena svou rodinou, u ohně zpívám české písničky a svého syna vodím do české školky. Přesto sem tak nějak nepatřím. Zatímco mé roky plynuly v emigraci, ani tady se čas nezastavil a moje reintegrace do rodné země je najednou složitější než jsem očekávala. Přesto ve mně zraje rozhodnutí pramenící z pravdivého poznání: jsem Ev-

ropanka. Jsem Češka. Tady jsem doma a sem se chci vrátit. Natrvalo. Je to skok do známé řeky, a přesto mě – věřte nebo ne – stojí obrovský kus odvahy. Asi znáte ten pocit: mravenčení v žaludku a při představě toho, co právě hodláte udělat, vás polévá studený pot. Celé tělo je v tenzi. Váš vnitřní kritik má hlavní slovo. Varuje, upozorňuje, vyhrožuje, argumentuje. Vy se ale nadechnete a... ten krok prostě uděláte. Je to vědomý akt volby něčeho většího před vlastním strachem. Je to velké a energizující, ale navenek se to jeví, jako by se vůbec nic nestalo. Nikdo si ničeho nevšimne.

PARADOX ODVAHY

Když teď s mými klienty hledáme jejich definici odvahy (a věřte, je to velmi časté téma), narážíme na zajímavý paradox, totiž na to, že odvaha má dvojí tvář.

***TOUŽÍME-LI PO VNITŘNÍ
I VNĚJŠÍ NEZÁVISLOSTI
A SVOBODĚ, POTŘEBUJEME
KULTIVOVAT ODVAHU.***

Jedna je ta, která je vidět zvenčí. Jde o akt, o odvalu hrdinskou, o jakýsi druh projevu statečnosti. Lidé kolem nás jsou inspirováni naším činem, postojem nebo akcí. Objevuje se v souvislosti s neobvyklými okolnostmi: válkou, vzpourou, nebezpečím, ohrožením jiných lidí; manifestuje se viditelným vystoupením člověka ze společensky definované normy komfortní zóny.

Druhou formu odvahy vnímáme uvnitř. Jde o prožitek. Inspiruje především nás samé, protože dokáže posouvat naše vlastní hranice a překonávat naše vnitřní omezení. Je to odvaha spojená s životem všed-



JAK BY SE VÁM ŽILO, KDYBY VAŠE MÍRA STRACHU BYLA ASPOŇ O TROCHU MENŠÍ?

ního dne. Objevuje se tam, kde narážíme na rozpor mezi vlastním strachem a silným pocitem touhy být větší, troufnout si, uvěřit ve své schopnosti. Tento druh odvahy je téměř opojný. Projevuje se navenek neviditelně, ale o to silněji, pocitem vnitřního vítězství nad sebou samým. Vystoupením z naší vlastní – před světem i před námi samými mnohdy utajované – komfortní zóny.

Obě formy odvahy mohou do jisté míry žít svým vlastním životem, ale v okamžiku, kdy se vzájemně propojí, dostaví se magický efekt, který může doslova pohnout historií. Posune se totiž zároveň hranice možností jednotlivce i dotčeného lidského společenství. Je to mohutný katalyzátor změny. Z toho vyplývá, že chceme-li mít vliv na kvalitu naší společnosti, pro nás i naše děti, chceme-li budovat vnější i vnitřní nezávislost a svobodu, potřebujeme kultivovat odvalu. Faktem je, že odvahy se v našich životech nedostává.

TOUHA A STRACH

Odvaha totiž pro nás představuje neustálé dilema: na jedné straně je naše nezkrtná lidská touha po odvaze, té ušlechtilé, povznášející, na druhé straně palčivý strach z negativních důsledků, které může naše odvalu přinést. Tedy strach z toho, že nejsme dost dobří, stateční nebo silní, abychom případně neblahé následky dokázali ustát. Odvalu má tak dvě strany mince. Ten, kdo prokazuje odvalu, je vidět. Je výjimečný. Může být dokonce oslavován. Něco dokázal, posunul hranici možného. Stává se inspirací pro ostatní. Po tomto statutu všichni ve skrytu duše tou-

žíme. Být něčím platným druhým. Inspirovat. Být velcí. V tomto smyslu nám odvalu doslova bere dech.

Na druhou stranu v sobě odvalu skrývá obrovské riziko právě proto, že ten, kdo prokazuje odvalu, je vidět. A být vidět, vystoupit z davu, znamená vyčlenit se, vystavit se možnému útoku, být zranitelný. Riskovat selhání, odsudek, ponížení nebo dokonce život. Náš vnitřní kritik nabízí dvě oposlouchané věty: „Nemá to cenu.“ „Nestojí to za to.“ V tomto smyslu nás příležitost projevovat odvalu dočista paralyzuje.

Všichni tušíme, která alternativa postoje v české kotlině v dnešní době převládá. Ano, odvalu je dnes jako šafránu. A je otázka, zda vlastně žijeme v době, která odvalu vyžaduje a odměňuje. Odvalu je totiž vždycky ta těžší volba. Odvalu je soubor. Je to ale také zručný vozataj, který provede vůz s našimi limity přes nástrahy strachu až do nového území našeho sebevědomí, integrity a sebeúcty. Každé sebemenší uplatnění vnitřní odvahy pomáhá budovat naši odolnost proti strachu. Jak by se vám žilo, kdyby vaše míra strachu byla o něco menší? Kdybyste si víc věřili? Víc důvěřovali druhým? Jaký by to mělo vliv na plnění vašich snů a celkovou spokojenost s životem, který žijete?

STRACH NIKDY NEZMIZÍ

Kelley Kalafatic, neohrožená průkopnice sjíždění divokých řek a cestování africkou divočinou, která je po aktivním životě plném dobrodružství několik posledních let upoutána na invalidním vozíku, ve svém veřejném emotivním vystoupení na platformě www.ted.com říká: „Strach nikdy nezmizí z našich životů. Žít naplněný život ale znamená neustále posunovat svoje vlastní hranice. A k tomu potřebujete odvalu. Odvalu je životabudič a příliv energie. Odvalu vám pomůže dosáhnout v životě prakticky čehokoli. Začít podnikat, vrátit se ke studiím, napsat vlastní knihu, naučit se konečně surfovat, otevřít své srdce nové lásce, objednat si dlouho odkládaný termín u lékaře, anebo zvednout telefon a omluvit se někomu, na kom vám záleží. Cokoli z toho, co vám pomůže uskutečnit váš sen, dosáhnout cíle nebo zajistit mír v duši, vyžaduje odvalu. V životě prostě stojí za to, udělat krok do prázdna a podívat se svému strachu do tváře!“

I malé krůčky vždy někam vedou. Odvalu je možné začít posilovat hned teď. Když se tak zamyslím nad tím, co ve mně vzbuzuje strach a zranitelnost, a zároveň touhu to překonat, hned mě napadá pár prostocviků. Napíšu dopis svojí tetě, se kterou jsem ztratila kontakt a po níž se mi stýská. Rozloučím se s člověkem, který do mého života už nepatří. Zase si sednu na koně. Obejmu svého bratra. A vůbec: Přestanu se bát! Odteď si ordinuji větu: „Stojí to za to.“ A co si do denního tréninku odvahy naplánujete vy? ■