

Laima Zavistauskas. Noras išlaikyti savo šaknis yra mūsų genuose

Su psichoterapeute Laima Zavistauskas, kauniete, tačiau jau daugiau kaip 20 metų gyvenančia Čikagoje, JAV, kalbėjomės apie daugelį dalykų – jos emigracijos į JAV istoriją, pažintį su Čikagos lietuvių bendruomene, apie iššūkius, kuriuos teko patirti pačiai ir su kuriais susiduria emigravę žmonės, adaptaciją svetimoje šalyje, patarimus nusprendusiems emigruoti, apie patirtį dirbant tarptautinėje imigrantų ir pabėgėlių organizacijoje su žmonėmis iš skirtingų šalių, įvairios socialinės kultūrinės aplinkos.

Jau daugiau kaip 20 metų gyvenate Čikagoje, JAV. Papasakokite, kokia Jūsų istorija, kokios priežastys paskatino palikti Lietuvą ir emigruoti į JAV?

Manau, kad mūsų šeimos istorija yra panaši į daugelio to laikmečio šeimų. Žmonės masiškai plūdo į užsienį – kas atostogauti, kas visam laikui, bet noras išsiveržti, įkvėpti šviežio oro buvo visuotinis, atrodė, jis lyg sklandė ore ir, žinoma, paveikė mūsų sprendimą. Vyras spontaniškai užpildė dokumentus JAV „žaliajai kortai“, per daug nesitardamas, ir netikėtai laimėjome, o paskui euforijos pagauti pradėjome ruoštis į kelionę. Perspėjančius, kad bus sunku, vadinome skeptikais, o spindinčios akys tų, kurie buvojo užsienyje, aiškiai sakė, kad žolė „už sienos“ žalesnė. Tai ir lėkėme, greičiau svaiginančių lūkesčių nei konkretaus plano vedami. Kaip mes gyvensime, kuo rizikuojame, per daug nesvarstėme – buvom ištroškę pokyčių ir naujų galimybių.

Šiandien manau, kad tuo metu mes nesuvokėme permainų Lietuvoje masto ir to,

kaip greitai besikeičiančios aplinkybės veikė mūsų savijautą ir sprendimus. Buvom jauna, dirbanti, jau pagrindus po kojomis padėjusi šeima, bet gyvenimas buvo permainingas, nejautėm tikrumo. Ar tikrai mums reikėjo emigruoti į JAV, klausimas ir šiandien išlieka filosofinis. Bet atsitiko taip, kaip atsitiko – mes metėme iššūkį sau ir likimui ir išvažiavome laimės ieškoti. Kas žino, gal mes kaip toje chrestomatinėje „Alchemiko“ istorijoje sekėme paskui savo svajonę, kad įgyvendintume asmeninę legendą (šypsosi)?

Kaip sekėsi adaptuotis naujoje šalyje, naujoje aplinkoje? Ką galėtumėte patarti apsisprendusiems emigruoti?

Kadangi norėjome gyventi geriau, bet neturėjome pakankamai nei žinių, nei patirties, kaip tai padaryti, netruko ateiti metas, kai susidūrė svajonės ir realybė. Išbandymai prasidėjo jau veik nuo oro uosto, kai nemokėdami anglų kalbos minioje žmonių bandėme susigaudyti, kuria kryptimi sukti link išėjimo. Pamenu, apėmė bejėgiškumo ir baimės jausmas, tarsi būčiau mažas vaikas, kuriam reikalinga suaugusiojo ranka, kad nepaklystų ir nepasimestų minioje. Tas jausmas, lydėjęs pirmą dieną, tęsėsi ilgiau ir skausmingiau, nei būčiau kada pagalvojusi – ne savaitę, ne mėnesį, ir net ne metus. Tapo aišku, kad, norint susikurti geresnį gyvenimą, pirmiausiai reikės atstatyti prarastąjį Lietuvoje. Taip pat gan greitai paaiškėjo, kad visgi Lietuvoje turėjome kai ką daugiau, nei tuo metu vertinome – gimtąją kalbą, draugų, socialinį gyvenimą. Tai praradusi, netikėtai pasijutau tarsi būčiau praradusi dalį savęs. Skaudėjo, buvo gūdu, bet visgi žinojau, kad nuo savo pamokų niekur neišsisuksiu. Vien per pirmuosius gyvenimo JAV metus patyriau ir išmokau tiek, kiek Lietuvoje turbūt būtų užtrukę dešimtmetį. Tas nuolatinis mokymasis tęsiasi iki šiol, tiesa, jau kitos kokybės ir kitokiomis aplinkybėmis.

Nusprendusiems iš esmės keisti gyvenimą, manyčiau, reiktų sąmoningai ir kuo geriau atlikti „namų darbus“ – išstudijuoti šalies, į kurią planuojama persikelti, kultūrą, imigrantų galimybes dirbti savo profesinėje srityje, susipažinti su sveikatos ir socialinės apsaugos sistema, tautiečių kultūriniu ir socialiniu gyvenimu ir, žinoma, mokėti šalies, į kurią vykstama, kalbą ar bent jos pagrindus. Kalbėkitės su kuo daugiau žmonių iš kuo įvairesnių sričių, kad turėtumėte platesnį supratimą, kaip ir kuo gyvena emigravę žmonės. Būtų verta paklausinėti tų, kurie grįžo, kodėl jie taip padarė. Kuo labiau sprendimas bus grįstas racionaliais sumetimais, o ne emocijomis, tuo labiau tikėtina, kad prisitaikymas prie kultūrinių pasikeitimų bus lengvesnis. Teko girdėti nemažai istorijų, kai žmonės, ne tik

lietuviai, emigruoja iš savo šalies, nes bėga nuo asmeninių problemų – nelaimingos santuokos, meilės, netekę darbo, nusivylę žmonėmis... Vertėtų prisiminti, kad, pakeitus išorines aplinkybes, vidiniai sunkumai kuriam laikui gal ir nuslūgs, bet iki galo neišsispręs. Tikėtina, kad nauja šalis suteiks naujų patirčių ir galimybių, tačiau neapsaugos nuo senų prisiminimų, sustabarėjusių įpročių, nevisavertiškumo jausmo ar negatyvaus mąstymo. Taigi būti realistais yra labai svarbu, kaip ir tai, kad reikia neužstrigti svarstymuose ir laiku imtis veiksmų.

Atvykusi į JAV užmezgėte ryšius su Čikagos Lietuvių Bendruomene, Jūsų pirmasis darbas ir buvo lietuvių bendruomenėje, dirbote Pasaulio Lietuvių Bendruomenės raštinėje Lemonte, žurnalo „Pasaulio lietuvis“ leidybos komandoje. Kaip Jus priėmė Čikagos lietuviai, padėjo adaptuotis? Kokius žmones sutikote?

Ryšius su lietuvių bendruomene užmezgiau ne aš, greičiau ji su manim – pradžioje nepažinojau nieko, net Žilvijos ir Almanto Stankevičių šeimos, kuri mus tiesiogine žodžio prasme priglaudė ir padėjo susigaudyti žengiant pirmus gyvenimo Amerikoje žingsnius. Vėliau, kai susipažinome su Dainos Ir Sauliaus Čyvų šeima, jų dėka pradėjau dirbti Montessori mokyklėlėje „Žiburėlis“, o vėliau – žurnale „Pasaulio lietuvis“ ir Pasaulio Lietuvių Bendruomenės administracijoje. Mano pažintis su tuometiniu Pasaulio Lietuvių Bendruomenės pirmininku a. a. Vytautu Kamantu ir jo žmona Gražina Kamantiene bei aktyviais Čikagos Lietuvių Bendruomenės ir Pasaulio lietuvių centro visuomenininkais Romu ir Baniute Kronais iki šiol lieka vienas gražiausių dalykų, atsitikusių Amerikoje. Vytautas ir Gražina man buvo pavyzdys to, kad darni santuoka ir aktyvus darbas bendruomenėje yra įmanomi, kai abu žmones jungia tarpusavio pagarba, pasitikėjimas ir partnerystė. Nors jie ir buvo mano darbdaviai, dėl jų žmogiškumo, geranoriškumo pažinau ne tik lietuvių bendruomenės, bet ir Amerikos gyvenimą. Jie buvo vieni iš nedaugelio, kuriuos šiandien vadinu savo gyvenimo mokytojais. Dar vienas šviesus, nepamirštamas žmogus, didi asmenybė buvo a. a. menininkas ir kunigas Algimantas Kezys. Jo tarnystė žmogui, jo atvira širdis ir atviri namai atvažiavusiems emigrantams buvo tikri vaistai sielai.



Su sūnumi Simu, jam baigus lituanistinę mokyklą. Kairėje mokytoja Šarūnė Braziulienė, dešinėje mokytoja ir direktorė Jūratė Stadalninkas



Su dukra Vesta

Kokią matote lietuvių bendruomenės veiklos prasmę? Ne tik JAV, tačiau ir bet kurioje kitoje šalyje. Ką Jums reiškia lietuvių bendruomenė?

Apie kitų šalių lietuvių bendruomenes žinau tik iš „Pasaulio lietuvio“, ir man dažnai kyla mintis, kad mes esam labai gaji ir fantastiška tauta. Jei svetur lietuvių yra nors sauja, žiūrėk, jau bus įkurtas koks lietuviškas židinukas – mokykla, sporto klubas ar šokių grupė. Štai neseniai skaičiau apie „Villa Lituania“ – svečių namus Romoje, kur lietuviai turistai ar keliautojai gali apsistoti. Pagalvojau, kad net vieno didžiausių Europos kultūros miesto centre yra vieta, kur lietuvis gali

apsistoti pas lietuvį. Ar ne nuostabu? Matyt, noras išlaikyti savo šaknis yra mūsų genuose nuo tų istorinių knygnešių ar dar ankstesnių laikų, kai mūsų kalba ir kultūra buvo sąmoningai naikinamos, o mes tam atkakliai priešinomės. Turbūt mums reikia buvimo kartu ir tam, kad, palaikydami lietuvišką gyvenimo būdą, neprarastume savo kultūrinio identiteto ir neištirptume vadinamajame „daugiakultūriame tautų katile".

Nors Pasaulio Lietuvių Bendruomenėje ir „Pasaulio lietuvyje" aktyviai dirbau tik keletą metų, sutikti žmonės ir įgyta patirtis yra mano gražiausios gyvenimo dovanos ir pamokos. Lietuvių bendruomenė man davė psichologinį pasiruošimą, drąsos siekti tikslų ir vertybinius pamatus tolimesniam gyvenimui Amerikoje. O kultūriniai renginiai ir lietuviškos draugystės iki šiol išlieka svarbiausia mano socialinio gyvenimo dalis.

Lietuvoje esate įgijusi aukštąjį išsilavinimą, turite vaiko pedagogikos ir psichologijos diplomą. Ar šis diplomas buvo pripažintas JAV? Kas paskatino tęsti psichologijos mokslus JAV?

Dar tais laikais, kai nemokėjau anglų kalbos, a. a. Vytautas Kamantas pasakė: „kai vieną dieną čia baigsi psichologijos mokslus..." . Nežinojau tada, ar verkti, ar juoktis iš to pasakymo, nes mintis atrodė visiškai nereali. Bet, pasirodo, viskas yra įmanoma. Jau po poros metų išsiverčiau savo diplomą ir pasidariau vadinamuosius *transcripts* (įvertinimus): mano Lietuvoje baigti mokslai buvo įvertinti pagal amerikietiškus standartus. Lietuvoje įgytas bakalauro diplomas ir vieneri metai magistrantūroje buvo prilyginti amerikietiškam bakalaurui. Pasijutau jau turinti pagrindą po kojomis. Pradėjau ieškoti savo sričiai artimesnio darbo ir taip tapau specialiųjų poreikių mokytojos asistente vidurinėje mokykloje (*high school*). Pradėjau dirbti su elgesio bei emocinių sutrikimų turinčiais mokiniais. Vėl prasidėjo gyvenimiškų pamokų, iššūkių ir mokymosi ciklas. Po keleto metų asistentės darbas man pasirodė neperspektyvus, tad pradėjau ieškoti informacijos, kur studijuoti, kokie reikalavimai ir realios galimybės įgyti psichologijos mokslo magistro laipsnį. Kai nusprendžiau mokytis, iki galo nesuvokiau rizikos ir būsimo krūvio masto, dėl to pati aiškiai nesupratau, kad taip jau pradedu dar vieną ir dar sudėtingesnį savo gyvenimo etapą. Dabar džiaugiuosi, kad per daug nesvarsčiau, nes, matyt, nebūčiau išdrįsusi tuo keliu eiti. Bet pradėjus kelio atgal nebebuvo. Taigi per dvejus metus baigiau magistrantūros studijas Nacionaliniame Louiso universitete (*National Louis University*). Vėliau, jau internatūros metu, pradėjau dirbti dviejose vietose –

tarptautinėje imigrantų ir pabėgėlių organizacijoje „World Relief“ ir privačioje praktikoje pas tuometinę savo dėstytoją ir socialinę darbuotoją Susan Thorne-Devin. Pradėjau dirbti nuo vos keleto valandų ir vienoje, ir kitoje darbo vietoje. Su laiku augo patirtis, krūvis, klientų skaičius ir įsipareigojimai. Praėjus trylikai metų, taip ir tebedirbu su žmonėmis, patyrusiais pabėgėlio dalią, iš Artimųjų Rytų, Azijos, Afrikos ir kai kurių buvusio sovietinio bloko šalių (šiuo metu – Ukrainos) ir su privačiais klientais: lietuviais, amerikiečiais, su studento viza arba pagal *Au-Pair* programą atvažiavusiu jaunimu iš Kinijos, Brazilijos, Lenkijos ir kitų šalių.

Esate profesionali psichoterapeutė, turinti ilgametę patirtį darbo su žmonėmis iš skirtingų šalių, iš įvairios socialinės kultūrinės aplinkos. Dirbate tarptautinėje organizacijoje „World Relief“, kuri padeda pabėgėliams iš karštųjų taškų. Ar yra bendros problemos, su kuriomis susiduria žmonės, atvykę iš skirtingų šalių?

Paprasčiausias atsakymas būtų toks, kad visų žmonių ašaros, kaip ir kraujas, yra tos pačios spalvos. Skiriasi istorijos, išgyvenimai, asmeninės ir šeiminės situacijos, emocinės reakcijos, be abejo, ir vertybių sistemos, išsilavinimas, kultūra, tradicijos, hierarchiniai vaidmenys šeimoje ir dar kas tik nori. Bet vidinio skausmo, psichologinių sunkumų ištakos yra panašios, bendražmogiškos – lūkesčių ir realybės susidūrimas, praeities įtaka dabarčiai, vidiniai blokai, emocinio intelekto (vadinamojo EQ) trūkumas, ribotos komunikacinės išraiškos priemonės ir taip toliau. Dažna pabėgėlių tema – jų priverstinis atsidūrimas šioje šalyje, neatstatomai sugriauta praeitis ir iš to kylantys sudėtingi išgyvenimai, psichologinės žaizdos, trukdančios įsikibti į naują gyvenimą. Visgi šie žmonės, kartais patyrę sunkiai suvokiamus dalykus, būna tokie stiprūs ir atsparūs, kad stebėdama juos aš lenkiu galvą ir mokausi, ir sužinau apie gyvenimą iš jų daugiau nei iš bet kokių knygų ar psichologijos vadovėlių.

Trumpai papasakosiu apie savo šešiasdešimtmetę klientę iš Irako. Kai 2004-aisiais sunitų ir šiitų religiniai fanatikai kovojo vieni prieš kitus Bagdado gatvėse, šeimos namas buvo pasirinktas kaip sunitų grupuotės stebėjimo ir šnipinėjimo punktas. Kai šiitų kariai pagaliau aptiko ten įsikūrusius priešininkus, jie apšaudė namą taip, kad jis liko suvarpytas lyg bičių korys. Moteris pasakojo, kad ji, vyras ir jų trys vaikai išliko gyvi, nes slėpėsi mažame kambarėlyje atokiausioje namo dalyje. Vyriausias sūnus, patyręs isterinį šoką, tolimesnius kelis mėnesius slėpėsi spintos dydžio kambarėlyje, iš paniškos baimės ir žinodamas, kad gali būti nužudytas ar dingti be žinios, jei nesutiks imti į rankas ginklo ir šaudyti kitų žmonių. Kai šeima

visgi pagaliau pabėgo iš Irako į Siriją, o iš ten į Jordaniją ir, po septynerių metų klajonių galų gale gavę pabėgėlių statusą, atvyko į Ameriką, jie atrodė moraliai ir fiziškai sužlugdyti žmonės. Nė metų JAV nepragyvenęs mirė šeimos tėvas, vyriausiam sūnui buvo pripažinta psichinė negalia, kiti du sūnus ir dukra išvyko gyventi į kitas valstijas, tad motina liko gyventi viena su neįgaliu sūnumi. Svetimoje šalyje, be pagalbos, be pinigų, nes viską, ką buvo užgyvenę, jau buvo išleidę Sirijoje ir Jordanijoje. Moteris sakė jaučianti, kad niekas šioje žemėje jos nebelaiko, tik vaikai, ypač vyriausiasis, kuris neišgyventų be jos pagalbos. Taigi ši, atrodytų, gyvenimo nepagydomai sužalota moteris, turėjusi visas priežastis skųstis, pykti ir nepasikliauti žmonėmis, visuomet dėkodavo. Už kiekvieną paslaugą, skambutį, mažą darbelį. O vieną dieną *Youtube* tinkle ji surado vaizdo medžiagą, mokančią kurti paveikslus. Būdama daugiau kaip šešiasdešimties, ji pirmą kartą paėmė į rankas teptuką, dažus ir pradėjo tapyti. Jos paveikslų tematika dažnai būdavo susijusi su rojaus sodais, gamtos vaizdais, gėlėmis, paukščiais. Moteris skleidė tiek gėrio ir vilties, kad ne vienas matęs jos kūrinius sakė tą patį – įspūdinga, jautru, graudina. Per meno terapiją Suhad (vardas pakeistas) atrado tikslą gyvenime, rado būdą įprasminti savo svajones, netektis, liūdesį ir perteikti juos meno išraiška. Mano klientė Suhad turbūt netaps įžymia menininke, bet man ji visuomet liks žmogiškos stiprybės ir gebėjimo gyventi toliau simbolis, kad ir kas būtų nutikę praeityje.

Kaip dažnai apsilankote Lietuvoje, ar stebite mūsų šalies pokyčius, kas labiausiai krinta į akis? Ar svarstote galimybę kada nors grįžti į Lietuvą?

Anksčiau Lietuvoje lankydavausi kas trejus metus, bet praeitą vasarą grįžau jau tik po septynerių metų. Šį kartą labiausiai į akis krito užaugęs, pasikeitęs mano giminės jaunimas – drąsus, šmaikštus, smalsus ir žaismingas. Suvokiau, kad šie Nepriklausomoje Lietuvoje augę žmonės jau yra kitokie nei mano karta. Tiesa, mačiau ir kitokio, sužaloto jaunimo. Žinau, kad daug kas turbūt pasakytų, jog, nežinodama ir neišmanydama realybės, idealizuoju. Net jei ir taip, aš renkuosi galvoti, kad šitas drąsus ir smalsus jaunimas yra ta naujoji karta, kuri jau dabar kuria kitokią, sveiką ir įdomią Lietuvą.

Grįžti į Lietuvą dabar neplanuoju lygiai taip pat, kaip prieš dvidešimt metų neplanavau važiuoti gyventi į Ameriką. Taigi niekada nesakau „niekada“.

Dėkoju už pokalbį.

Kalbino Virginija Grybaitė
Laimos Zavistauskas asmeninio archyvo nuotr.

pasauliolietuvis.lt

Mielai pasidalysime svetainėje skelbiamais tekstais ir nuotraukomis, tik prašome nurodyti informacijos šaltinį ir autorius.

SPAUDOS, RADIJO IR TELEVIZIJOS RĖMIMO FONDAS