

**Danica JAZBEC**

**Na  
robu  
prepada**

CIP - Kataložni zapis o publikaciji  
Narodna in univerzitetna knjižnica, Ljubljana

821.163.6-32

JAZBEC, Danica

Na robu prepada /Danica Jazbec. - Dolenjske Toplice : samozal., 2004

ISBN 961-236-687-X

214714624

Knjiga **Na robu prepada** je izšla v samozaložbi

Ponatis, marec 2006

Avtorica: Danica Jazbec

Fotografija na naslovnici: Multigraf d.o.o.

Grafična priprava in prelom: Tomograf, Novo mesto

Koordinacija: Načrti d.o.o., Ljubljana

Tisk: Tiskarstvo Opara

Naklada: 500 izvodov

## ***Kazalo***

<b><i>O avtorici</i></b>	<b><i>4</i></b>
<b><i>Posvetilo</i></b>	<b><i>6</i></b>
<b><i>dr. Vesna Švab:</i></b> <b><i>Knjigi na pot</i></b>	<b><i>7</i></b>
<b><i>Prim.dr. Jože Felc</i></b> <b><i>Drugačnost je naša usoda</i></b>	<b><i>9</i></b>
<b><i>Gojmir Rudolf Južnič</i></b> <b><i>Življenje na robu prepada</i></b>	<b><i>11</i></b>
<b><i>I.del-Nekaj zgodb mojega življenja</i></b>	<b><i>13</i></b>
<b><i>II. del-Ustavimo izključenost</i></b>	<b><i>65</i></b>
<b><i>III. del-Življenje je lahko tudi lepo</i></b>	<b><i>79</i></b>
<b><i>Zaključek</i></b>	<b><i>87</i></b>



## O avtorici

**Danica Jazbec**, rojena 19.08.1959 v Novem mestu, je osnovno in srednjo šolo za zdravstvene delavce obiskovala in končala v Novem mestu. Ob redni zaposlitvi je diplomirala tudi na Višji šoli za zdravstvene delavce v Ljubljani.

Od leta 1979 je bila ves čas zaposlena v Zdravilišču Dolenjske Toplice. Delo, o katerem je sanjala že v osnovni šoli, je opravljala predano in z veseljem.

Z bolnišničnim delom z ljudmi z duševnimi motnjami se je srečala v času študija. Hitro je ugotovila, da je potrebno šolajoče temeljiteje pripraviti na opravljanje praktičnega dela iz psihiatrije. Spoznala je namreč, da se mnogi bojijo govoriti o duševnih motnjah. Zlasti tisti, ki morajo opravljati predvideni praktični del.

Spoznanje, da je za hudo boleznijo zbolel sin, je pred njo postavilo veliko vprašanj brez odgovorov: zakaj ravno on, kdo v družini je imel kaj takega?

Sledila je naravna pot: klic na pomoč. V Šentovem Forumu svojcev Slovenije v Ljubljani tako zagnano sodeluje 4 leta, približno toliko časa se redno udeležuje mesečnih srečanj na Ozari v Novem mestu. Sama si je v težkih urah pomagala s pisanjem dveh kronologij in z ljubiteljskim slikarstvom oziroma prešanjem in oblikovanjem suhega cvetja. Pri tem je bila uspešna, saj je imela tudi svojo razstavo.

Trenutno se s svojci iz ostalih društev Slovenije povezujejo v skupni Odbor svojcev Slovenije. Radi bi politiki odprli oči in pomagali, da bi družbi uspelo premakniti voz v veji duševnega zdravstva naprej. Potrebno bo pripraviti in sprejeti osnovne zakone, ki jih v sosednjih državah že imajo. Danica Jazbec se zaveda, da si oboleli sami zaradi zdravil in pomanjkanje volje zaradi bolezni ne morejo pomagati.

**Osnovni namen** njenega delovanja je, da bi v Novo mesto pripeljali Šentove delavnice. Na ta način bi zagotovila boljšo rehabilitacijo. Prepričana je, da morajo bolniki o motnjah spregovoriti. Sami. Na ta način si začnejo pomagati. Prepričana je, da je zadnji čas za radikalne sprememb. Marca leta 2003 je bila ena od pobudnic za ustanovitev skupine za samopomoč Modri val v Novem mestu. Delujejo v RIC-u. Da bi od besed prešla k dejanjem tudi na drugem področju, se je odločila napisati knjigo. Ravno knjiga bo opozorila in dokazala možnost reševanja samega sebe. Torej, narediti korak zase!

Danica Jazbec je prepričana, da bo do premikov prišlo. Ne samo po sebi! Zanesljivo pa takrat, ko se bo tako država oziroma vsak posamezno zavedal, da je dragocen prav VSAK posamezni član družbe in ko bomo vsi skupaj šli naprej po poti reševanja problematike duševnega zdravja. In opozarja: "Duševne motnje in bolezni že hitijo nasproti tistim, ki so prav na vrhu obolevnosti po številu. Majhna država smo, to pa je podatek, ki da misliti. Svojci imamo bogate izkušnje. Naredimo skupaj projekte za boljši jutri, predvsem pa danes, za nas in za njih, ki si sami največkrat ne morejo vedno prav pomagati! Naj bo knjiga **Na robu prepada** moj skromen začetek!"

*Knjigo Na robu prepada posvečam  
mojim najdražjim: možu in otrokoma.  
Ob njenem izidu z veseljem zapišem, da  
sem neizmerno hvaležna tebi, dragi mož.  
Skupaj sva zmogla težko pot.  
Nanjo sva stopila kot vsi mladi, ki si pletejo  
družinsko gnezdo. Neobremenjeno in  
srečno. Nisva pa vedela, kaj naju bo vse  
čakalo. In ko se je v družino priplazila  
huda bolezen, nisem ostala sama.  
Povsem lahko bi preprosto odšel iz mojega  
in našega življenja. Pa si nam stal ob  
strani, čeprav ni bilo vedno tako, kot si  
želel ti in kot sem si želela jaz.  
Razumel in podpiral si najina različna  
pogleda, zavedal si se, da smo si različni, in  
da to ni slabo. Pogosto namreč sploh niso  
ovire in problemi tisto, s čimer se borimo,  
ampak le naše misli.  
Želim si, da bova skupaj še naprej z  
ljubeznijo in radostjo zmogla morebitne  
ovire.*

*Predusem pa knjigo posvečam najinima  
otrokoma. Z željo in kot spodbudo, da bi  
zmogla prehoditi vsak svojo življenjsko  
pot. Lažje in kakovostnejše, kot sva jo  
vajina mama in oče.*

**dr. Vesna Švab:**

## **Knjigi na pot**

Današnje znanje o obvladovanju najhujših duševnih motenj je vse bolj povezano z razumevanjem nepogrešljive in osrednje vloge svojcev pri njihovem obvladovanju. Pred desetimi leti so sicer še široko vladala tudi med strokovnjaki prepričanja o tem, da svojci nosijo del krivde ali vsaj da prispevajo k nastanku teh motenj, vendar so ta razmišljanja danes v večini presežena. Svojce strokovnjaki vse bolj obravnavamo kot sodelavce in partnerje v terapevtskem procesu, ki skupaj z obolelimi začrtujejo smer terapevtskih prizadevanj in pri njih neposredno sodelujejo. Svojci, ki se vsakodnevno soočajo z bremenom skrbi, negotovosti in strahu pred ponovnimi izbruhi motnje, najbolje vedo, kako je mogoče takšne krizne situacije obvladati in kakšne vrste ukrepov in pomoči v teh primerih potrebujejo. Strokovnjaki upoštevamo njihove izkušnje in več, iz njih se učimo, kakšni so najmanj boleči in najprimernejši načini obvladovanja. Svojci so torej partnerji v terapevtskem procesu, vendar le skupaj s prizadetim posameznikom, ki s svojimi izkušnjami ter prizadevanji za čim bolj zdravo življenje in za čim večjo samostojnost odloča o zdravljenju, obsegu potrebne pomoči in načinih, na katere želi to dobiti. Čeprav skušamo svojce razbremeniti občutkov krivde, ki jih pogosto ovirajo tudi pri uspešni pomoči, pa jih vendar opozarjamo na nekatera pomembna znanstvena spoznanja o uspešnem obvladovanju teh motenj. Bolniki, ki živijo v družinah, kjer je čustvena napetost majhna, kjer znajo svojci obvladati svoje čustvovanje, predvsem sovražnost in pretirano zavzetost ter skrb, živijo bolj kakovostno in dosega večje stopnje neodvisnosti. Potek njihove bolezni je blažji in bolj obvladljiv. Ob tem pa je jasno, da se svojci težko izognejo svojemu preveč zaskrbljenemu načinu komuniciranja, če imajo premalo podpore ali če so poglavitni, pogosto edini nosilci skrbi.

Vplivati na zapleteno medsebojno vplivanje bolezni, čustvene prizadetosti in zavzetosti ter delovanja zdravstvenega in socialnega sistema skrbi, ki naj bi zagotavljala podporo obolelim in družinam, je naloga, ki se v pričujoči knjigi gospe Danice Jazbec izkaže za posebej zapleteno. Mati, ki jo dolgoletna skrb ob očitno pomanjkljivi podpori in tudi informiranosti o naravi otrokove bolezni izčrpala do mere, ko sama komaj lovi notranje ravnovesje, je opozorilo na to, da sistem skrbi ne deluje dobro in da so bremena skrbi zanjo in verjetno številne druge pretežka. Ne le zato, da bi lahko vzdržala

vsaj relativno dobro duševno zdravje zase, temveč tudi zato, da bo lahko prispevala k boljšemu zdravju svojih otrok: prvega, ki je zbolel in drugega, ki tudi že peša zaradi prevelikih bremen in prav tako potrebuje materino podporo in ravnovesje.

Torej, pričujoče delo nam pripoveduje predvsem veliko o pomanjkljivostih in vrzelih v sistemu skrbi, ki lahko privede do zloma celih družinskih sistemov. Ker je avtorica v svoji avtobiografski pripovedi opisala številne oblike podpore s strani nevladnih organizacij, predvsem ŠENTa in njegovega Foruma svojcev, je sklepati, da v sistemu skrbi za najhuje prizadete bolnike s psihotičnimi duševnimi motnjami odpoveduje bolj zdravstveni sistem, na katerega se je kot medicinska sestra, ki ima sicer dobre možnosti za dostop do storitev, največkrat obračala. Kratkotrajne hospitalizacije, brez kontinuiranega spremljanja v domačem okolju, ne bolniku ne njej niso prinesle večjega olajšanja. Njen problem in problem njene družine prvenstveno ni socialne, temveč zdravstvene narave, dostop do zdravstvenih storitev pa si je morala vedno znova izboriti in to največkrat prepozno.

Pričujoča knjiga je predvsem poziv k nepretrgani in kakovostni obravnavi ljudi s hudimi in ponavljajočimi se duševnimi motnjami v skupnosti. Poziv, ki bo omogočil preživetje obolelim, ljudem in njihovim družinam pa kakovostno življenje.



**Prim. dr. Jože Felc,**  
predstojnik psihiatrične bolnišnice Idrija

## **Drugačnost je naša usoda**

V današnjem času, polnem brezosebnega hlastanja po sreči, življenje s svojo poznastveno, predvsem statistično aparaturo pušča trpeče in preizkušene na robu. Saj se življenja ljudi, ki so drugačni v svojih stremljenjih in potrebah, ne da predstaviti s številkami, odstotki, indeksi. A ljudi, ki so drugačni v svojih stremljenjih in potrebah, se največkrat ne more podoživeti samo z razumom, ampak zmeraj tudi s čustvi. Lahko jih je razporediti v razrede, jih diagnosticirati, opredeliti s številkami, odstotki, indeksi, vendar je to jalovo opravilo. Drugačne je moč nekoliko razumeti kot posameznike, manj pa scela. Kakor so srečni ljudje vsi enako srečni, ali podobno srečni, je vsak drugačen na poseben način preizkušen (Tolstoj). Zato so usode teh naših sodržavljanov, ki so lahko tudi naši otroci, dediči naše zagledanosti v pridobitnost, ki jo velikokrat celo proti svoji volji vnašamo v svoj doživljajski svet, vredne literarnega zapisa.

Toda izpovedi, ki jih v zadnjem času beremo, ne morejo vsebovati vse razsežnosti življenjske trpkosti in tudi radosti, ki jo prizadeti posameznik in z njim cela družina doživljajo kot usodo. Beseda je staromodna, vendar se jo v tem spremnem zapisu poslužujem kot najbolj sporočilno. Saj v svoj pomenski ris nikoli ne vključuje le drugačnega posameznika, ampak zmeraj tudi tiste, ki z njim žive in jih sorodnikova zaznava sveta včasih spravlja v obup. Velikokrat pa jih tudi bogati. Še več, živeti z drugačnimi, kakršnim koli in katerim koli, je za njegove bližnje priložnost, da se čustveno in miselno izčistijo do tiste mere, ko iz njihovih nravi odpadejo navlake zasebnosti, nezdrave iluzije, prestrašenost in škodljiva vdaja v usodo. Saj drugačnost je naša usoda, kot sta rojstvo in smrt.

Med tema dvema postajama naše večnosti smo kot ljudje in kot misleci izpostavljeni možnostim, da iz dneva v dan razglabljammo: "Zakaj, od kod in kam?"

Na ta vprašanja ne znamo odgovoriti. Nihče ne zna. Tako kot mi, med nami ni nikogar, ki bi znal in zmogel dojeti smisel rastja rože in neulovljivo miselno pot – čustvenih vozlov. V vsakem izmed nas so. Prav pri vsakem drugačni.

Naša možnost je navsezadnje samo v tem, da se tem notranjim zadevam življenja posvetimo s strpnostjo, z ljubeznijo in celo s spoštovanjem. Kajti najlažje je biti normalen, imeti zdrave otroke, biti vključen v projekte, ki dopolnjujejo ta od zmeraj in za zmeraj nepopolni svet. Poti življenja pa niso trasirane za tiste, ki bi želeli priti na cilj po najlažji poti. Ne, če se nanjo podajo, postanejo sami ujetniki utopične svobode in prividnega razkošja. V tem navideznem blagostanju se izgube. Bolje: zapustijo sami sebe. Zapustiti sebe pa pomeni odmakniti se od bližine, ki je največji dar človekovega življenja na zemlji.

Knjiga, ki je pred nami, je iskrena izpoved matere, ki ji je uspelo potegniti za sabo tudi člane družine. Vse z namenom, da bi skupaj osmislili ljubezen. Saj ljubezen ni zadeva ednine; kvečjemu dvojine, v najbolj žlahtnem smislu pa množine, občestva.

V tem smislu sem knjigo prebral. Do nje nisem zavzemal estetskega odnosa. Kaj takega bi se mi zdelo žaljivo in neprimerno. Ljubezen se ne meri, nima barve, ne okusa in ne vonja. Ljubezen je onstran vseh čutnih in fizičnih kategorij življenja. Je vse obvladujoča, ali pa je ni. V tem delu sem zaznal te elemente. Zato ga spoštujem, cenim, čeprav o njem ne znam nič določenega napisati. Vsakdo, ki ga bo prebral, se bo v njem našel. Tudi jaz sem se.

Idrija, 4.2. 2004

Gojmir Rudolf Južnič  
Modri val, skupina za samopomoč

## Življenje na robu prepada

Krčevito se oprijemljem roba prepada in obupujem. Zdaj zdaj bom zgrmel. Blizu mene, z druge strani prepada, se mi ponuja močna veja, samo stegniti se moram. Toda dopovedujem si: "To ni mogoče. Tega ne zmorem. Nihče se ne zmeni zame, nikomur več ni mar zame, odkar sem zdrknil v to svojo bolečino!"

*"Ko si postal nihče, so si želeli, da čim prej izgineš iz njihovega okolja!"*

**Nihče** sem, a lahko postanem **Nekdo**. Preneham se ukvarjati s svojo bolečino in se usmerim k rešilni veji, ki mi nudi varno zavetje. Tam me čaka, če se je bom oklenil. Nič noče, le ponuja in čaka – pristna ljubezen.

Ali vidim smisel življenja v oklepanju tistega roba prepada, ki me kratkoročno rešuje pred padcem, ali pa se raje odločim za skok in se oprimem veje, ki mi ponuja rešitev.

Ali vidim "v zdravilih rešitev in smisel življenja" ali vidim smisel življenja v "spoznavanju ljubezni"?

**Na robu prepada** – podoba našega vsakdana. Vztrajanje v lastni bolečini in pestovanje vprašanja: "Čemu sem si to zaslužil? Vem, da si tega nisem zaslužil!" Ali zavestni korak oziroma "odločitev, da bom s svojimi drobnimi skromnimi močmi in pozornostmi pomagala ljudem".

Na robu prepada sem in ta me vse bolj vleče vase. Malo stran pa je nekdo, ki mi ponuja rešilno roko. Ali se odločim, da ostanem nihče in še naprej tonem v lastni bolečini ali se odločim, da ob nekom postanem Nekdo. Nekdo, ki se odloči, da konflikti ne bodo njegov gospodar, pač pa da bo to ljubezen, ki nam je dala življenje. Zastonj.

Dovolj je ljubezni in dovolj je bolečin. Ali je ta **dovolj je** izraz samozadostnosti ali pa je izraz zaupanja, da je okoli nas dovolj ljubezni, če jo le želimo videti in se je okleniti.

"Brez bolečine ni mogoče živeti v ljubezni." Kljub temu da boli, ljubim. Rad imam sebe z vsemi mojimi bolečinami in rad imam sočloveka, čeravno me lahko rani. Sprejemam stanje kot je in kljub temu imam rad življenje – življenje na robu prepada.

Novo mesto, julij 2004

**prazna stran**

**1. del**

**Nekaj zgodb mojega življenja**

## Brez jutranjih poljubov

Zgodnje sobotno jutro je začinjalo s svojo drobceno svetlobo preganjati zadnje ostanke teme v moji in še vedno najini spalnici. Upanje, da se bom, tako kot vrsto let nazaj, pod odejo stisnila k njemu, je hitro splahnelo. Po navadi vstajam zgodaj, a vsaj sobotna jutra zadnjega leta bi lahko bila samo najina. Vem, da ni večjega zadovoljstva, ko začutiš, da je partnerju tvoja prisotnost ljuba. Da te imajo ljudje okrog tebe radi. Zdaj sem v obdobju, ko čutim pomanjkanje tako prvega, kot drugega. Pa tudi jutranjih poljubov že dolgo ni več.

“Barbara, v službo moram!” Tonijev glas je odrezav. Nagonsko ve, da čutim njegovo jutranje gibanje. Slišim žvenket globinske škatlice in vem, kako natančno lošči čevlje. Toni je redoljuben in vesten. Svojo službo in vse, česar se loti, izvaja s srcem in predanostjo. In zato je tudi uspešen. Vem, da bo vsak čas za seboj zaprl vhodna vrata in da bom zaslišala hrup avtomobilskega motorja. In že ga ni več.

Takšna so zadnje čase vsa sobotna jutra, včasih pa še popoldnevi. Hlad, hlad in še enkrat hlad. Ravno zato, ker je vesten, natančen in predan, imajo Tonija v službi radi. Tudi jaz ga imam. V začetku najinega življenja sem ga imela bolj, kot sem si upala priznati in kot lahko mojo ljubezen opišem z besedami. Zdaj pa so se med naju grozeče priplazile vsakodneвне skrbi in težave. Nenadoma se nama je začelo rušiti to, kar sva dolga leta gradila in zgradila. Tudi njemu se več ne upam povedati, kje in kdaj sem ranljiva. Navzlic temu mu vsake toliko časa želim poslati signal, kaj je tisto, kar potrebujeva, da obudiva in ohranja najino ljubezen. Kaj je tisto, za kar se je vredno potruditi.

Na Tonijevo podjetje in neprestano delo sem se že navadila. Zame to ni nič novega. Je dober delavec in organizator dela. To je zagotovo. Posledica tega pa je, da neprestano in povsod vidi moje napake in pomanjkljivosti. To me spravlja v slabo voljo. Tudi kadar delo dobro opravi, in sicer po njegovih merilih, zadnje čase ni zadovoljen. Zato me vse pogosteje preveva slab občutek. Čeprav sva zmogla težke preizkušnje zadnjih let, ki so nama omogočile tudi najino rast, se bojim, da bova težko zmogla skupno pot naprej. A nisem črnogleda. Zadreg poizkušam reševati s pomočjo humorja. Kadar greva na pot in leži njegova velika usnjena službena mapa na mojem prednjem sedežu, v šali pravim, da je le-ta postala njegova ljubica. Mojo šalo kot da presliši, a vem, da jo je slišal.

Ko tako pod odejo obležim, se mi poraja na stotine vprašanj: "Kdaj sva pozabila na ljubeznivosti? Zakaj mi Toni ne zaupa? Zakaj mi ne verjame?" Vem, da bi skupaj zmogla to najino pot peljati tako, kot je prav! Le kje, za božjo voljo, le kje sva izgubila najino nit? Kaj se dogaja in kdo mi lahko pomaga? Koliko imam še moči?" In potem si pomagam z nekakšnim dolgim samogovorom: "Še dobro se spomnim tvojih pogovorov in obljub, s katerimi si se tudi ti trudil vplivati name. Prepričeval si me, da ti bolje razumeš in znaš gledati na stvari, zaradi katerih sva se zapletala. Ko sva sedela v kuhinji in si me želel z dotiki in stiski prepričati, da imaš prav, sem ti bila hvaležna. So bile to samo tvoje zvijače in triki, da si me tedaj spet spravil v okvirčke, v kakršnih si se me zamišljaj? Zdaj teh najinih pogovorov in pogajanj ni več. Za nama je težavna preteklost, pred nama zamegljena in negotova prihodnost in iz tvojega obraza berem veliko utrujenost. Tvoje misli so neprestano drugje. Le redko se nasmehneš samo meni, le redki so trenutki, ko me povabiš v najin svet, ko uživam v tvoji bližini. Toda, hvala Bogu, da so, saj jih lahko sploh ne bi bilo. V vrtincu vseh težav in službenih obveznosti pa pozabljava, da naju lahko rešijo le skupna dejanja, najini sprehodi, predanost drug drugemu in najino zaupanje ter spoštovanje, najine drobne pozornosti. Veš, Toni, ta moj samogovor je opozorilo, da prav dolgo tako ne bo šlo. Gre za naju, za najin odnos, za najino družino. Posebej zato, ker je hudo zbolel najin sin Blaž. Njegova bolezen terja veliko ljubezni, veliko dela, veliko organizacijskih sposobnosti. Pravzaprav nikoli več ne bo tako, kot je bilo v tistih zlatih letih smeha in radosti. Ravnati morava tako, da bo za vse prav: za naju, za najina otroka, za najine sorodnike in prijatelje ter znance, za tvojo službo."

Naslednji teden so počitnice. Hčerka Mojca se je odločila nekaj brezskrbnih dni preživeti pri fantu Gregorju v mestecu pod kamniškimi hribovjem. Nekaj časa je oklevala, lažje pa se je odločila tudi zaradi manjšega družinskega prepira. "Že videno!" Spomnila sem se namreč podobnega primera pred časom. S Tonijem znova nisva zmogla dovolj moči za mirno reševanje ene naših stisk, ki je ostanek boleče preteklosti. In Mojca je odšla. Brez besed, jaz pa sem ostala v nevednosti in bolečini. Toda zdaj sem skoraj povsem mirna. Vem, da bo šla h Gregorju. Pred letom in pol pa ni imela kam. Odšla je zato, ker se ni strinjala z najinim načinom reševanja težav. Predvsem pa ni videla tega, kar sva takrat v naju dveh videla midva, prestrašene starše, prestrašenega Tonija in Barbaro. V velikih skrbih sva namreč bila tudi za drugega otroka, za najino nežno Mojco!

Sobotna jutra so lahko nekaj posebnega. Današnje je že, saj sem ob drobnem razočaranju ugotovila, da me Tonijeva jutranja zavrnitev

ni zbolela tako, kot sem se bala. Malo sem se še stisnila pod odejo, saj je bila soba zelo mrzla. Nato pa me je čakala kopalnica. Če bi mi kdo pred časom dejal, da je pot v ta prostor lahko tako blagodejen, bi se mu smejala. A ugotovila sem, da je lahko jutranji obred v kopalnici prav prijeten. Osvežitev obraza pomaga pri razmišljanju. V precep sem vzela včerajšnje trenutke. A jih tudi odrinila, saj se ne želim predajati malodušju. "Razmislila bom kasneje," sem si dejala in se predala jutranjemu "obredu", s katerim sem vzdrževala tudi telesno kondicijo. Nato sem si ogrnila haljo in dvignila roke. V ritmu prijetne popevke sem mrmrala besedilo, se z boki pozibavala do kopalnice in čutila, kako mi je telo hvaležno za to nežno telovadbo. Pred časom mi je Dragica, ki sem jo spoznala na programu "Moč pozitivnega mišljenja", priporočala takšno zvrst jutranje telovadbe. Kaže, da bom marsikateri nasvet prijetne ženske upoštevala in želim si, da bi postali dobri prijateljski. A bojim se, da mi za prijateljstva zmanjkuje časa. Vpeta sem v povsem druge stvari. Rdeča alarmna lučka v meni gori in utripa. Znak, ki mi veleva: "Časa ti zmanjkuje, Barbara, rešuj najprej sebe!"

Znova sem pri samogovoru: "Zdaj se učim osvobajati svojih strahov in težav, zbiram pogum in hrepenim po tistem mojem nekdanjem nepremagljivem jazu. Občutek imam, da se počasi vrača. Počasi. Čutim, da prihaja po kapljicah. Tako, kot raste kapnik v Postojnski jami. Le da nekoliko hitreje. Kapniki vendarle rastejo prepočasi, a zrastejo v občudovanja vredne umetnine. Bo z mojim novim jaz-om tudi tako? Vem, kako samozavestna sem znala biti. Ni ga bilo dela, ki ga ne bi zmogla, nič mi ni bilo težko. Toda, to je bilo nekoč!"

Ko se osvežim, poskusim še enkrat nazaj do postelje ritem z boki, ki tako dobro dene. Občutim prijetno ugodje, pretok pozitivne energije od nog do glave. Le bolečina okrog popka me opomni na tri operacije. Nato smuknem skozi vhodna vrata, pogledam na barometer in hitro zaprem in zaklenem. Jutro je ostro in mrzlo. Minus petnajst stopinj. Ravno toliko kaže barometer najinih odnosov s Tonijem. Včerajšnji pogovor, ki je že mejil na oster prepir, mi je spet načel rane. Vem, da tako ne gre več naprej, a kljub temu še gojim drobceno upanje, da ni še vse propadlo. Da se splača še vlagati upanje in energijo v najin zakon, v to družino. Zlasti zato, ker so strahovi preteklosti dokončno premagani. Problem zdaj tiči čisto drugje. V Blaževi bolezni. Že zdavnaj sem se odločila, da ne bom več plavala proti toku in od časa do časa si ponovim: "Barbara, so stvari, na katere ne moreš vplivati. Sprejmi in pojdi dalje. Moraš, Barbara, enostavno si to dolguješ. Zato varčuj z energijo!"



# Čas za preplah

Čeprav sem socialna delavka z dolgoletno prakso in sem znala na enostaven način rešiti marsikateri težak problem, sem doma že lep čas ujeta v kletko sinove in svoje bolezni. Slovenski pregovor ne pravi zaman, da je kovačeva kobila bosa. A tu je šlo za globlje, zahtevnejše reči. Zato sem pomoč najprej iskala v družini. Ugotovila sem namreč, da me iz tira spravljajo že zelo majhne nadloge.

Toni vstaja pred menoj. Ko se oblači in pripravlja za službo, me skoraj vedno zbuja. Nehote, seveda. A včasih se mi je zdelo, da tudi hote. Zato sva se poskusila, poudarjam, da poskusila, dogovoriti, da se bo oblačil v dnevni sobi. Želela sem si, da bi bila dnevna svetloba tista, ki bi me prebujala. Dogovori so nama uspeli le deloma. Najpogosteje zaradi budilke in mnogokrat tudi telefona, ki zaradi službenih obveznosti zazvoni kadarkoli, tudi sredi noči! Vse to in še marsikaj drugega, je dodobra načelo najine odnose. In nato je prišla še huda sinova bolezen. Z živci sva bila na koncu. Tonijeva reakcija so bili tudi očitki, da ga izrinjam iz spalnice. V mislih je imel tudi omare, v katerih so bile v glavnem moje stvari. Hitro sem ugotovila, da so najine omare v spalnici res polne. V glavnem mojih puloverjev, zimske in letne garderobe, ki je krožila po njih zdaj gor in dol po policah, času primerno. Tudi v zgornji spalnici je tako. To je bil zame opomin, da kupovanje garderobe ne bo več v prvem planu. Toni ima zdaj omaro v dnevni sobi in v njej so v glavnem njegova službena oblačila! Toni ima svoj prav, v katerega se ne morem vtikati, pa tudi sama sem prispevala svoj lonček k temu. Nikakor pa ga nikoli nisem želela izriniti iz spalnice. In mislim, da danes to Toni dobro ve. Zdaj prebivava v pritličju hiše in do stopnic, ki vodijo navzgor, imam zaradi bolečin že pravi odpor.

Pa še nekaj: svoje dni so bila bujenja čisto drugačna. In najbrž je moja duša želela nemogoče. Prepričana sem bila, da bi jutranji poljub res koristil obema. Poljub bi bil zame kot balzam za mojo že dalj časa ranjeno dušo. Ko Tonija včasih spomnim, kje daleč so ostali ti poljubi, mi očita, da sem čemerna in da se tudi jaz lahko bolj potrudim. Ko se mu približam in naredim šobico, mi to vrne ali pa tudi ne. Včasih pa se prav zadržano umakne. Kljub vsem tegobam želim živeti naprej, ljubeče in polno. Ti redki poljubi so mi dali vedeti, da me ima še rad. Bili so zagotovilo, da se bo tudi čez dan kdaj spomnil name in me poklical.

Teh jutranjih poljubov zdaj ni. Z moje strani so bili neuspeli poskus nečesa, kar je bilo, a je nekam usahnilo. Bilo je nekaj, za kar se morata

truditi oba partnerja. To drži kot pribito. Nekaj, kar moraš zaščititi z vsemi svojimi močmi, kar jih imaš. V zadnjih sedmih letih reševanja najine družine so nama moči močno pešale, kar se pozna tudi na najinih načetih odnosih. Namesto da bi se reševala, sva tonila. In zato smo tonili tudi kot družina. Kadar je bil Toni v svojem odločnem elementu, po svoje globoko ranjen, je znal reči: "Jaz bom splaval, pa če vsi potonete!" In vedela sem, da je globoko v sebi mislil povsem drugače. Ali moški v takih trenutkih res prej klonejo? Seveda pa me je ta egoistični stavek, ki ga tako sovražim in ki bi se ga morala kdaj pa kdaj naučiti uporabljati tudi sama, pripeljal do ugotovitve: "S takšnim razmišljanjem, Toni, se ne vidim ob tebi. Kje je tvoja pripravljenost za pogovor, kot nekoč. To je bilo največkrat v kuhinji. Sede in podprt z roko pod obraz, si se zazrl vame, in pogovorila sva se do obisti. Ali si me sedaj želel imeti zgolj v okvirčkih po tvojem okusu in željah?" In njegov odgovor? "V službi imam odgovorno delo, ki sem mu kos. A tole, kar se dogaja doma,..."

Sinova bolezen je res uničevala in razžirala tudi njega. Ni zdržal mojih težav in voženj v Ljubljano. Od tod tudi moje bolečine. Najhuje pri vsem tem je bilo to, da me je vozil v glavno mesto, mi pomagal, a v svoji notranjosti novega dejstva ni sprejel. Vem, v začetku oba nisva sprejela oziroma priznala sinove bolezn. V nekem trenutku pa sem opazila, da je v njegovih očeh izginil nekdanji žar in postala sem močno zaskrbljena.

Kadar opaziš, da so se v partnerjevih očeh zgodile spremembe, je čas za preplah. V Tonijevih sicer toplih, prijaznih očeh sem zasledila nekaj drugačnega: skrivnostno se je mešalo s skrbjo, odločnost s pogledom obupanega človeka. To je bil nek drug Toni. In to sem opazila samo jaz in pa zelo pozoren opazovalec. Neke nove globine v njegovih očeh se ni dalo izmeriti. In še preden sem uspela izmeriti napol zastrto globino, tisto nekaj, česar sem se bala in ob čemer sem imela občutek, kakor da bi se sprehajala po vulkanskih tleh, ki se bodo nenadoma zatresla in odprla pod mano, je Toni odmaknil pogled. To se je dogajalo vse bolj pogosto, jaz pa sem spremembo zaznala s trepetajočim srcem in zrahljanimi živci. Temu občutku sem nekako želela priti do dna. Ob tem sem se zavedla, da sem ga začela ljubiti na nek nov način. Ljubezen je ostala kljub vsemu. Čeprav mi je namenjal vse manj pozornosti, čeprav je pogosto od utrujenosti zaspal v dnevni sobi in čeprav sva se komaj pogledala. Čutila sem, da imava še veliko skupnega. Nekaj imam v srcu, v krvi in živcih, kar me duhovno izenačuje in povezuje z njim. Pa če to Toni prizna in razume ali ne.

## Ogenj, ne iskra ljubezni

S stopnjevanim razvojem Blaževe bolezní sem večino svojih težav, podobno kot Toni, potisnila v ozadje. Že prej sem vse skupaj dokaj dobro prenašala, potem pa sem jih sploh potisnila nekam daleč vase. Za bolečine ni vedel skoraj nihče, saj sem jih dobro skrivala. Govorim o fizičnih bolečinah, ki so hude in obremenjujoče, a bolijo manj kot psihične. Kako sem želela spet okusiti smeh, nežnost in strast.

Da, jutranji poljubi so nekoč obetali veliko. Lahko bi jih po pomembnosti primerjala z Blaževim pubertetniškim obdobjem in težavami, v katere je zašel. Tešil jih je z alkoholom in izkrivljenim vedenjem. Zato ga je Toni odklanjal. Velikokrat je v nemoči zagrozil, da ga bo dal v zavod. V poboljševalni zavod. To pa je odnose le še zaostrovalo. Bila sem kot distančnik med njima. Želela sem, da bi bilo med nami spet vsaj približno kot nekoč.

Moji poskusi ponovnih jutranjih poljubov so bili podobni kriku v obupu, a so Toniju prenašali jasno sporočilo in prošnjo: "Ostani z nami. Imej nas rad takšne, kakršni smo. Ne oddaljuj se od nas, ko smo na pol prehojene težke poti! Ne odhajaj! Blaž je navsezadnje le ranjen otrok, ki potrebuje najino pomoč." Ali je izkoristil on mene ali jaz njega, da sva ostala skupaj? Zdaj je to brez pomena. Še vedno bi rada položila glavo na njegovo ramo, še vedno bi se rada posončila v vedrini njegovega srca.

Zdaj vem. Takrat sem želela, da se najini duši zlijeta, da postaneta eno za vekomaj. V tistih časih me je pogostokrat prešinila misel, da bom svoje življenjske moči ob reševanju naše problematike prehitro porabila. Spopadala pa sem se še z bolečinami in kroničnim obolenjem. Bolj kot kdajkoli prej sem se zavedala možnosti, da z bolnim sinom in s hčerko, ki še študira, ostanem sama. Za vedno. Kako potem naprej? Ali bom koga sploh lahko po vsem tem še vzljubila? Ko bi vsaj ne bilo tiste zadnje operacije! Zdaj bolečina pustoši po meni kot gosenica po listih pelargonije. In bil je vse bolj prisoten strah, da bom morala slej ko prej zaradi nje kot metulj poleteti tja, kjer ni bolečin in ne gorja. Temu se upiram, saj bi bila rada še naprej s svojimi dragimi. Navsezadnje se vse bolj začinjam zavedati sebe. In tudi ostali me še potrebujejo. Zato se ne bom predala in moj cilj je kristalno jasen: čim prej iz teh peklenških težav. In jasno mi je postalo, da moram svoje nenapisano pravilo udejaniti. Glasi se: "Spoštuj se in ne razdajaj čiste ljubezni svojega srca, svoje duše in moči ljudem, ki tvojih darov ne marajo in ki bi jih zaničevali.

Vzdrži zdaj moj ljubi notranji otrok.”

Poskus vzdrževanja nečesa lepega z jutranjimi poljubi je propadel v manj kot letu dni. V meni so se tedaj vse bolj začeli porajati dvomi, da je z najinim zakonom nekaj hudo narobe. Krize so se stopnjevale. Moj šesti čut mi ni dal miru. Oglašal se je od časa do časa in me opozarjal. Spet in spet.

Človeški napredek je pred durmi bolj poudarjenega duhovnega obdobja. Ljudje vse preveč radi rečemo, da večina bolezni nastane zaradi naše miselnosti. Res jih je veliko. S tem se strinjam. A ne vse. Zaupala sem zdravnikom. Bila je pomota. Bilo je prekrivanje. Bilo je krivično, ko sem bila vržena v koš Blaževe bolezni. Bolelo je. Vem, da si tega nisem zaslužila. A če je temu kriv moj karakter ali pa je to moja karma, vzamem to bolečino s seboj. Naj bo sopotnica na vlaku mojega življenja. Ob tem pa molim, da bom kljub vsemu v življenju zmogla, kar sem si še zadala narediti. Predvsem čim bolj spontano živeti.

Toni pa me zgodaj zjutraj zbuja še naprej. Ostajava skupaj. Z vsemi vprašanji, sanjami, željami. Jaz pa vsako jutro namesto nežnega poljuba doživim isto: slišim tipko, ki prižge radio, slišim, kako mu iz rok pade telefon, ki ga prenaša vedno in vsepovsod, slišim, kako v hodniku zaječi pokrovček. Ali moj mož res niti približno ne sluti, kako me v duši boli? Ali sva si res tako različna? Vse bolj pa me boli sinova bolezen. Tudi njegovo in Mojčino trpljenje me vse bolj ubija. Moji živci so napeti kot najbolj navite strune. In marsikateri je že popustil. A vem, da moram ohraniti in čuvati tiste, ki so še ostali.

Skoraj gotovo je, da Toni nikoli ne bo prebral teh misli. Mojega zapisovanja ne odobrava. Zdi se mu neumno. Ne ve pa, da me ravno zapisovanje izpolnjuje in me na nek način rešuje, me osvobaja. Da sta ravno svinčnik in papir kot ena izmed vej, ki rešuje utopljenca. Toni tega ne potrebuje, saj je notranje nekako močnejši. Lažje prenaša vse težave. Ali pa ne želi pokazati, da je tudi on ranjen in zbegan kot sem jaz. Ko ga včasih pozorneje pogledam, me spominja na njegovo pokojno mamo. Bila je prava slovenska mati: ljubeča in stroga, predvsem pa delavna in ponosna. Kako pokončno je prenašala težave, kako modro jih je znala reševati. Po horoskopu je bila levinja. Tudi Toni je. A Toni se je v primeru naših težav nekako predal, umaknil v svoj svet. Kot da bi se spričo “bojev” z osebnostno močnim sinom upehal. In večkrat sem si ob tem spoznanju dejala: “Tudi prav. Našla bom način, da si bom pomagala in umirila tudi tvoje negativne

tokove. Predvsem pa bom zaščitila sebe in svojo družino. S tvojo ali brez tvoje pomoči.”

In po takšnih razmišljanjih mi je nekoliko lažje. Imam nove upe za prihodnost, ti pa temeljijo na iskrici ljubezni, ki jo še nosim v sebi. Dr. Felc mi je nekoč po daljšem pogovoru, ko sem omenila to malo iskrico ljubezni, dejal, da nosim v sebi ogenj ljubezni in ne zgolj iskrice. Koliko moči mi je dala ta njegova iskrena izjava. Koliko pametnih in preprostih nasvetov sem bila deležna. Danes sem mu za vso pomoč in podporo pri mojem pisanju hvaležna. Obstajajo dejstva, za katera se splača potruditi. Ali pa se boriti! Toni, navsezadnje imava dva čudovita otroka! Mojco, ki si lepo utira pot v prihodnost in Blaža, ki je bil izredno živahen in prijeten fant. Praktično ni bilo človeka, s katerim ne bi bil prijatelj. Žal so se v srednji šoli težave začele stopnjevati. Z njimi pa je najin sin začel izgubljeni prijatelje. Ljudi, ki jim je posvečal toliko svoje ljubeznivosti. Danes tudi sam ve, da so od njega jemali najboljše: prijateljsko ljubezen, veselje, poštenost. Ko je Blaž postal čuden, drugačen, “nihče”, so se ga začeli izogibati. Bali so se ga in na ta način izdali svojega dobrega prijatelja. Človeka, ki bi za svoje prijatelje naredil vse. Kje so zdaj njegovi prijatelji? Kje?

V meni se pogosto prebujajo preteklost in z njo spodbudne misli: “Toda, Blaž, zakaj se nisi oklenil bilke moje ljubezni? Tolikokrat sem hodila za tabo in ti to rešitev nakazovala, ponujala, moledovala. Tako, kot to zna le ljubeča mati! A si mislil in delal drugače. V meni še zdaj tli obup. Skušam ga odvreči, a je vse težji. Skupaj rešujmo zdaj, kar se še rešiti da. Ne boj se. Z očijem sva še vedno ob tebi. Za mnoge si drugačen, a za naju si najin Blaž. Najin sin, ki se spopada z ubijalsko boleznijo vsak dan znova. In vsak dan predstavlja tudi za naju dan novih spoznanj. Eno pa je stalno in večno, ne glede na bolezen: rada te imava, rada sva s teboj. Tudi zaradi tvoje mile narave in ostalih dobrih lastnosti, ki si jih kljub bolezni uspel ohraniti. Čuvaj te lepe in pozitivne lastnosti. Pozabi prestalo gorje, saj zanj nisi kriv! Ne dovoli, da te prisluhi uničujejo in da bi zaradi njih zapustil ta svet.”

In ob teh mislih se vedno znova rojeva želja: “Toni, zdaj vem. Le midva skupaj lahko zmagava in zmoreva. Brez orožja, ker to zmoreva. Najino ladjo in čolne pa lahko pripeljeva varno v najin pristan! Čeprav z mnogo odrgninami in ranami. A potem bo nastopil nov čas. Čas, v katerem se bomo posvetili ranam in nato prihodnosti. Tudi za našo družino je nastopil prijaznejši čas. Verjemi, Toni. To ti govori in obljublja tvoja Barbara!”

# Soncu naproti

Zlezem še globlje pod odejo. Kot da bi hotela na ta način odgnati temne misli, ki so se začele tihotapiti v mojo zavest. A zalotim se, da mi do tega pravzaprav ni veliko in da bi jih sedaj, ko sem sama in v varnem zavetju, rada še enkrat pretehtala. Zavestno jih povabim, da potrkaajo na vrata moje duše, in dovolim jim vstopiti. Soočim se z dogodki izpred leta dni, s spominom, ki tako boli. Zavem se, da se tresem. Od mraza ali spomina? Ne vem.

Bilo je lani. Januarja je bil Blaž že šestič zapored sprejet v psihiatrično kliniko Ljubljana – Polje. Ne gre in ne gre nam. Težko se postavljamo na noge. Težav smo se lotili odgovorno. Spoznali smo se z boleznijo. Zaradi nje smo se v družini v celoti odpovedali alkoholu že pred sedmimi leti. A kaže, da to ni dovolj. Z alkoholom smo opravili. To je predvsem njegov in seveda tudi naš skupni dosežek. Ocenjujem ga, da je velik, čeravno za nepoznavalca morda majhen. Kljub temu pa se mu bolezen vseeno ves čas, nekako v nekih intervalih, ponavlja. Prisluhi in prividi mu ne dajo miru. Včasih mu “krajšajo” večer in se z njimi pogovarja preden zaspi. Vidim, da trpi. Hudo trpi. Visoke doze zdravil in tedenske injekcije mu jemljejo voljo do dela in življenja, a mu pomagajo odpravljati zle misli. Zato se jih oklepa. Edino v njih vidi rešitev in smisel življenja! Ko mu večkrat pravim, naj ne obupa, da bo čez nekaj let morda prišel na nižjo dozo zdravil, me strezni: “Gojiš lažne upe, mami. Dobro veš, da je stvar pri meni kronična. Postavi se na stvarna tla. Lebdiš v zraku. Saj si tudi jaz želim, a ne pričakujem veliko. Če pa se tvoje in moje želje uresničijo, bom toliko bolj vesel!”

Njegovo januarsko bivanje v bolnici je bilo po nekaj tednih zaključeno. Aprila je zbolel Toni. Imel je vnetje trebušne slinavke, ki se je začelo z zaprtjem, kar sem si razlagala z njegovim doživljanjem sinove bolezni. Njegove vedno pogostejše rdeče oči so mi govorile, da je nekaj narobe. Verjamem, da je bil vzrok njegov “notranji otrok”, ki joče znotraj, skrivoma. Tako, kot je moj jokal navzven. V bolnišnici so opravili številne preiskave. Razloga za Tonijevo slabše počutje zdravniki niso odkrili. Ne vem, če so vedeli, zakaj ne. Jaz sem.

Neke nedelje sem bila popoldan pri možu na obisku. Sončni žarki so že dodobra pregrela dan. Prav nič ni bilo čutiti znakov muhastega aprilskega vremena. Vesela sem bila, da s Tonijem ni nič hudega in da potrebuje le nekaj dobre nege in zdrave prehrane. Dobro razpoložena sem v mislih imela moj sokovnik in sanjala sem, kako

bova skupaj sočila zelenjavo, saj mu sveža solata ni dobro dela. Zaznala sem drobne vibracije pozitivne energije in bila zadovoljna, da je tudi v moje življenje včasih posijal sončni žarek. Še zlasti, ko so nama zdravniki povedali, da je s Tonijem vse dobro. Bilo je, kot da se pričinja lepše obdobje mojega življenja, ki bo poleg trnja in skrbi prineslo še vsaj nekaj rož in veselja! A trenutek za tem je sledil nov val težav. Moj tok misli je prekinil Blažev telefonski klic, da se slabo počuti. Presenetila me je njegova želja, da bi ga takoj peljala nazaj v psihiatrično bolnico. Zdrznila sem se, kot da bi treščilo v oblak nad mojo glavo. Terapija mu še ni tako pomagala, da bi ga poskušala prepričevati, naj malo potrpi ali da ga bom peljala v Zdravstveni dom. Zato sem sprejela odločitev, ki se mi je zdela v tistem trenutku najbolj modra. Prosila sem svaka, naj naju zapelje v Ljubljano. In tako je tudi bilo.

To je bilo Blaževo sedmo bivanje za zidovi na zaprtem oddelku. V tistem letu je bil drugič v bolnišnici. Nato je vedno znova sledil odprti oddelek, in ko je bil toliko boljši, je sledil odhod domov. Vožnje, čas, vse je bilo sedaj pogosto podrejeno Blaževi bolezni. "Za božjo voljo, to se mora nehati ali vsaj izboljšati! Tako ne gre več naprej," sem pogosto razmišljala. Spomnim se, kako zelo moreče je to delovalo name. A tudi na ostale člane. V družini se je nekaj začelo spreminjati. Ni bilo več smehljajev. Od žalosti bi čisto lahko obupala. Živeti tako je pomenilo, kot da bi vsak dan stala na ognjeniku, ki lahko vsak hip izbruhne.

Začela sem se zavedati, da me takšno stanje ubija. Mene, ki delam z ljudmi. Mene, ki sem se žrtvovala za poklic, za katerega sem se odločila že v petem razredu osnovne šole. Mene, ki sem zase večkrat dejala, da sem kljub rojstvu v skromni družini rojena pod srečno zvezdo. Zase sem bila prepričana, da me je narava ustvarila, ko je bila najbolj židane volje in me kot svojo ljubljanko obdarila s pravo materinsko velikodušnostjo.

Misel na hčerko Mojco me je vedno znova vzpodbujala: "Vstani. Dvigni se. To si ji dolžna kot mati, še zlasti, če želiš biti tudi njena prijateljica. Zdaj ni čas za črnogledost. Zamegljeni smo vsi skupaj. Že zaradi nje moraš premagati obup in žalost, ki nikamor ne vodita. Če pa kam, v še hujše težave." Večkrat sem si zamišljala, kako jo božam in ji pošljem dodatnih moči, s katerimi bi, moj otrok, lažje prenesla težke dni bratove bolezni. Kjerkoli pač se je nahajala. Moja čudovita punčka. Tri slike (okvirila in postavila sem jih po stanovanju predvsem zato, da bi dale pozitivno energijo) me včasih spravljajo

ob pamet. Prva prikazuje Blaža skupaj z Mojco, ko je bila dojenček. Druga visi v hodniku. Blaž jo nežno drži čez rame. Oba sta v smučarskih kompletih, v ozadju se vidi smučarski center. Tretja, ko jo nežno objema na morju, zvečer zunaj na terasi. Sedita na enem stolu. Ona ima tri, on osem let. Ko bi mogla kolesje časa obrniti nazaj. "Ljubi Bog, pomagaj!" se ob takih trenutkih smilim sama sebi. A nato se zavem realnosti: zdaj moram pogumno naprej, novim dolžnostim in novemu življenju naproti. Pravzaprav gremo. Skupaj.

Bil je čas težkih, kar grozljivih dogodkov. Sledili so si vse bolj pogosto. Nenadoma nisem zmogla več in od časa do časa sem si pomagala s pomirjevali. Otepala sem se jih zelo uspešno, vsaj prva štiri leta. Le dvakrat sem za zelo kratek čas jemala zdravila proti depresiji. Vedela sem samo eno: "Čim manj zdravil!" A po drugi strani so me teple bolečine in mi jemale dragoceno moč. Za reševanje moje družine. Tako sem mislila tedaj.

Junija je sledilo Blaževu tretje bivanje v bolnišnici. Osmo v njegovem življenju. Zdaj bi človek mislil, da gre že za rutino. Toda ne. Vsakič, ko je prišlo do poslabšanja sinove bolezni, je prizadelo tudi mene. Vse bolj sem se bala prevozov z rešilnim vozilom. Ko bi zdravniki vedeli, kako so naporni, ubijalski. Svojce bi morali vsaj razbremeniti. Vsaj od časa do časa. Pri letošnji hospitalizaciji pa mi je sestra v sprejemni rekla, da bodo Blaža peljali v Ljubljano le, če bom šla jaz zraven. V nasprotnem primeru ne. Ob tem postavljenem pogoju sem se spomnila Blaževga prvega prevoza z rešilcem. Bil je zelo agresiven, močan, jaz prestrašena, zlomljena, nebogljen. Potrebovala sem pomoč, namesto tega so mi birokratsko zabrusili: "Reševalec ga ne bo spremljal, ker je nevaren!" Policisti so mi razložili, da v rešilno vozilo po zakonu ne smejo, da lahko peljejo le za nami. In tako so me "potisnili" v vozilo. Mene, po dolgoletnih dogajanjih, izmučeno, krhko žensko, ki dostikrat od razburjenja in utrujenosti ni mogla niti jesti niti ne spati. In po glavi mi je rojilo na tisoče vprašanj in vsa so se strnila v naslednja: "Kje so jasni pravni predpisi, zakaj jih ne upoštevajo in kdo bo pomagal sočloveku, kje so vse tiste vznesene besede, ki smo se jih in sem se jih učila v šoli?" Zakaj učimo tako, če ne moremo potem izpeljati? (Nekega dne mi je dežurni zdravnik razložil, da je samoumevna pravica in dolžnost, da bolnega spremlja strokovnjak iz reševalne službe. Toda moje izkušnje so drugačne, boleče, saj predstavniki strokovne institucije niso ravnali korektno). Vprašanja, ki kar kipijo, odgovorov pa ni in ni. Vsaj pravih ne.



Zdaj tudi sama občutim vso težo, ki jo je prinesla bolezen. O njej so mi v prvih dneh soočenja z njo govorili ljudje z duševno motnjo in tudi njihovi svojci. Svarili so me in mi dajali napotke, vlivali moči. Kako sem jim hvaležna. Pred kratkim sem govorila z materjo obolelega sina. Zaupala mi je, da se z boleznijo spopada že dvajset let. Dvajset let! Dve desetletji strahov, bolečin, negotovosti, nerazumevanja. Dvajset let življenja z izredno težko boleznijo. Zato sem jo pozorneje pogledala in na njenem obrazu videla vse, kar vidim na obrazih bolnikov in svojcev. Te ljudi v zadnjem času srečujem in poslušam njihove usode. Ne morejo skriti nepopisne bolečine in dolgoletnega trpljenja. Čeprav imajo dolgoletne izkušnje, tako oboleli kot svojci neradi govorijo o svojih težavah. Če se komu odprejo, je to človek, ki pozna takšno življenje. In jaz gotovo to sem. Tukaj in zdaj in ta trenutek. Spoznala sem, da jim lahko pomagam, a le toliko, kot sama še zmorem.

Kako sem se zamislila, ko mi je prej omenjena mati začela pripovedovati, kaj je doživljala na cesti in med ljudmi pred dvajsetimi leti. Počutila se je, kot bi bila okužena. Duševna motnja je bila tabu, ljudem več ali manj neznana. Neznane pa se bojimo in obsojamo. In si postavim vprašanje: je dandanes kaj drugače, bolje? Morda. Časi se spreminjajo. Prepočasi, a se. Toda za mojo znanko je po njenih besedah odločno prepozno. Krhka, utrujena in nerazumljena se zapira v svoj svet. Vse manj gre med ljudi. Tudi tisti, ki jim je zaupala, so ji sčasoma obrnili hrbet. Počuti se izžeta, izdana, prevarana, poteptana. S svojim težko bolnim sinom v brezčutnem svetu vse težje shaja. Le zdravnik (psihiater) ji je občasno s priporočili lajšal stiske življenja. Z mojim obiskom pa sem ji želela prenesti novih moči. In sporočilo, da ni nikoli prepozno, da lahko človek svojo potko življenja premakne za nekaj milimetrov in stopi med druge ljudi ter poskuša znova. Želela sem jo prepričati, da je izbrala slabo pot. Samoizolacija in zapiranje s samopomilovanjem ne vodi nikamor. Moje sporočilo je bilo: "Na ulice, med ljudi, na seminarje, na svetlo, soncu nasproti!" Povedala sem ji svojo izkušnjo. Ko sem sama začela poslušati druge, sem jih slišala, dojela, spoznala, da imajo tudi oni prav. Zalotila sem se v samopomilovanju in začela plezati iz navidezno nerešljivih problemov. Prišli so prvi rezultati, prvi sončni žarki. Šlo je na bolje!

Tedaj je začela delovati nova bolnišnica v Ljubljani-Polju. V njej je vse zares bolj lepo. Veliko modre barve, stene so porisane z lepimi vzorci in sončkom, ki prinaša vedrino. Novost je novost in staro se niti približno ne more primerjati s pridobitvijo. Le kako naj se goli zidovi starih stavb, ki so nemo govorili o obupu desetletij, primerjajo

s sončkom? Novi prostori zagotovo zameglijo težo in znake bolezni. Njim, ki tako neznosno trpijo. Mnogi od njih si srčno želijo pomagati, a le redkim to dobro tudi uspe. Redki so tisti, ki svobodni stopijo nazaj v življenje, ne da bi bili tako ali drugače zaznamovani. Kdo ima sploh čas razmišljati o tem? Vsak izmed nas hiti po svojih opravkih, le malokrat pomislimo na njih, ki so v naši neposredni bližini, na robu družbe. Le poredkoma jih kdo obišče. Svojci so tisti, ki so jim ob strani, če prej ne omagajo tako ali drugače in jih zapuste. In ljudje imamo že v svoji naravi naravnost, da imamo raje tiste, ki so pogumni, kot tiste, ki jih je strah. Mar ne?

Primer, ki ga bom opisala, dovolj nazorno prikazuje delček iz življenja družine s specifičnimi težavami. V tistem času smo na Blaževo bolezen gledali vsak na svoj način. Nismo je namreč dovolj poznali. Zlasti ne mož in hčerka. Zato sem Toniju, ki je sicer zavračal predavanja o boleznih, predlagala, naj me spremlja na eno takšnih predavanj. Nestrpno sem dočakala njegovo odločitev. Čeprav je bil utrujen in oslabel, je po premisleku privolil. Doživela sem rahlo olajšanje in majhno zmago. Po Tonijevem odpustu iz bolnišnice sva še isti dan odšla v Ljubljano. Zame je bila to nuja in tudi breme hkrati! Toda vedela sem, da predavanja v psihiatrični bolnišnici, ki so bila namenjena svojcem, potrebujeva oba. Posebno Toni. Morda bo potem Blaža lažje razumel. Vedela sem, da sva sicer tako rekoč bosa. Ni potrebno razlagati, kako mučno je bilo vse skupaj. Dopoldan služba, nato v Ljubljano. Midva pa zdelana od najinega vsakdana in močno načeta. Zdravila so mi pomagala, a vožnje z avtom sem se izogibala, kar se je dalo. Še živo so pred mano dnevi psihičnega trpljenja in propada, ko nisem mogla normalno funkcionirati. Če se je le dalo, tega nisem pokazala. Žalostilo pa me je, ker se predavanj ni udeležila tudi Mojca. Vedela sem, da bi tako hitreje in lažje razumela bratovo bolezen. Njene očitke, da se le pretvarja in da v resnici ni bolan, sem razumela kot beg od realnosti. Žalostilo me je njeno razmišljanje. Vendar sem vedela, da je tudi njena duša zbegana, ranjena, žalostna. Zato je, tako kot Toni, potrebovala resnico. To sem ji bila dolžna. Prav tako pa sem vedela, da mora do nje priti sama, kot vsak. Resnica je ta, da si bo velik del usode skrojila prav sama.

Skrbelo me je njeno uporništvu, tudi predrznost. S Tonijem sva bila pred veliko preizkušnjo. Jasno sva ji morala pokazati mejo. Predvsem pri spoštovanju naju dveh. Včasih sem imela občutek, da ni vedela, do kje je v naših načetih odnosih prišla. Ob tem sva oba iskala najino mejo, saj sva se še kako zavedala, da lahko izgubiva tudi njo. Zato sva ji želela pomagati. Skrbela sva, da ne bi bilo načeto tudi

njeno zdravje. Najino je bilo, to pa sem spoznala ob dokaj nenavadnem dogodku. Nekega dne sta me v avto vzeli prijetni dami. Želela sem z njima poklepetati. Imele smo pot v isto smer. Začeli sta pogovor. Trudila sem se izgovarjati besede, a jezik se mi je zapletal. Govorila sem le s težavo, oziroma sploh nisem mogla. Bila sem kot nema. Tisto jutro sem vzela minimalno dozo pomirjevala, manj kot bi smela za svoje težave. Bila sem šibka, prejšnji dan nisem skoraj nič jedla. Nekako mi je uspelo, da sem se jima na koncu vožnje opravičila. Bog ve, kaj sta si mislili. Takrat mi je bilo nerodno in sem se še nekaj časa obremenjevala. Danes mi je vseeno. Zdaj mi takšne stvari ne predstavljajo ovir. Že zdavnaj sem jih prestopila. Vem, da je pomembno vse kaj drugega! Hčerkino zdravje. Moje zdravje. Moževo zdravje. Blaževo zdravje. In zato mi je tudi takšen spomin v pomoč. Zato ga rada posredujem naprej. Gre za izkušnje, ki koristijo. Zakaj bi samo meni? Naj bodo tudi moje izkušnje v pomoč drugim.

Zdaj se stisnem še globlje pod odejo, kot bi se hotela skriti pred dogodkom četrtkovega dne.

## Zbrisati napuh in vzvišenost

Četrtek. Siv in pust februarski dan. Takšnih je bilo v mojem življenju veliko preveč. Ne maram takšnih dni. Sprejemam jih le po sili razmer, kadar je neizogibno. Četrtkovo nebo je mračno prekrivalo vse, do koder je seglo oko. Le od časa do časa je izpod neba priplesala kakšna snežinka. V kuhinji sem sama in malce upam, da se mi bo pridružila Mojca. Domov je prišla že ob dveh. Žal ne kaže, da bi mi pomagala. Ne ljubi se ji na sprehod z njenim psom, ne ljubi se ji odgovarjati na vprašanja, ne ljubi se ji... Vse ji sedaj pomeni mucek, ki ji ga je poklonil Gregor. Boža ga, ga ljubkuje, nosi ga v svojo sobo, skrbi za pesek in higieno. Šola je le nebodigatreba. Zadnji letnik jo opozarja, naj zagrabi zares. Preseneča me, da se toliko posveča takoimenovanim televizijskim milnicam. Preseneča me, da ne vidi, da vse delo ostaja meni. Nevidna črta ločnica med nama povečuje razpoko v najinem odnosu. Ta se veča in zdi se, da jo povečuje tudi Blaževa bolezen. Žal je ne morem kar zaustaviti. Ko bi jo vsaj lahko. In potem si, kot majhna deklica, potihem rečem: "Črta, nehaj. Ustavi se. Ne povečuj razpoke. Pusti mojo Mojco, nič ni naredila, da jo ločuješ od mene! Zbriši najin napuh in vzvišenost. Daj ji moč za to, kar sem jo učila, da bi bilo prav. Daj ji ključ do vere in zaupanja vase. Mojo ljubezen ima. Vsaj upam, da jo občuti".

Hitim. Lupim krompir. Povabim Mojco, da mi pomaga, a se ne zgane. Sedi na stolu, se poigrava, bere Novice. Zberem moči in jo povprašam, če ve, kam je skrivnostno izginila krpa, ko je prala avto. "Saj ni bila poceni," dodam dobronamerno in z nasmehom iščem pot do nje. Rada bi se pogovarjala, navezala stik. A njen predrzen odgovor me oplazi in razžalosti. S Tonijem znata raniti z besedami. Sicer sem pozabila, kaj je, natančno rekla, a je bolelo. Rada se zahvalim Bogu, da mi podobne trenutke, ko me ranijo tisti, ki mi pomenijo vse, tako hitro zbriše. Da mi ni potrebno podoživljati ponižanj. Vem le, da je uporabila neko grdo besedo. Nanašala se je na komercialne TV prodaje. Trdila je, da jim nasedam kot ovca in nespametno zapravljam denar. Naredila je točno to, kar pogosto zna narediti Toni. Obsodila me je, ne da bi vedela za resnico. In me ranila. Zato, ker sem to sama dopustila. In ravnala sem narobe, kot nekajkrat prej. Čeravno sem si obljubila, da starega ravnanja ne bom ponovila. Pa sem svojo obljubo prelomila. Nisem bila dovolj močna. Mojca me je sprovocirala in to je dobro vedela. Zgrabila sem jo za lase. Z rokami si je prekrila obraz. In plooff! Škoda je bila narejena. Prisolila sem ji klofuto tako hitro, kot je izustila tiste zadnje opolzke besede. Bile so

ostanek nečesa izpred dveh let nazaj. Dogodek je bil zagotovo samo moj poraz. A tudi bolelo je mene bolj kot njo. Vsa leta so me drug za drugim lepo basali z občutki krivde, da je bil moj koš že zdavnaj prepoln!

Mojca je začela jokati. Ni bilo videti, da bo čez mesec dni imela devetnajst let. Vstala je in rekla: "Grem! K Gregorju. In očiju jutri tudi ne bom pomagala," je jezno zabrusila in me pogledala izpod obrvi. "Tudi prav. Pa pojdi," sem si mislila. "Ne boste me več imeli za predpražnik, v katerega se boste brisali vsi. Ne ti, ne kdo drug. Zdaj je čas, ko se začenjam postavljati na lastne noge. Ne dovolim več klofut, ki mi jih fizično ne dajete, psihično pa tako, da se sami sploh ne zavedate." In v sebi sem za trenutek občutila spokoj. A še vedno nisem bila mirna in zatekla sem se v samogovor: "Denar si služim sama in opolzkosti tudi moja hči ne bo sejala po hiši, kjer se trudim, da bi prevladalo razumevanje." Vedela pa sem, da sem s klofuto, ki sem ji jo prisolila, naredila veliko napako. Devetnajstletnic se seveda ne klofuta, z njimi se moraš pogovarjati, jih razumeti in jim pomagati. Spomnila sem se predavanja patra Christijana, ki je dejal, da načeti odnosi pehajo hčere stran od mater, v naročje prezgodnjih zakonov. Vedela sem, da ima prav.

## Med klofuto in potrpežljivostjo

Spomin me ponese nazaj v Blaževa osnovnošolska leta, ko sem nekajkrat uporabila takšen "vzgojni" prijem, klofuto. Vem, da to ni bilo prav. In vedno se je zgodilo dan pred matematično kontrolno nalogo. Bolelo je oba, učinka nobenega. Danes vem, da bi bilo bolje, ko bi Blaž zaradi neznanja razred ponavljal. Koliko jih je padlo, pa so se kasneje ujeli in bili povsem normalni. Kolesa časa ne moreš zavrteti nazaj. Spomin lahko in z njim bi bila rada v pomoč vsem, ki kolebajo med klofuto in potrpežljivostjo. "Kolesa tudi ne moreš voziti s prazno zračnico," se spomnim pred tremi leti izrečenega stavka sošolca iz osnovne šole, zdaj zdravnika.

Danes vem, da bi bilo bolje, ko ne bi toliko poslušala učiteljice, naj starši bolj nadziramo in se ukvarjamo z otroki. Sama sem z njim vadila in mu pomagala od prvega razreda naprej, vsako popoldne. Porabila sem veliko časa, moči, bila sem vztrajna in potrpežljiva. A zaman. Morda bi bilo bolje, če bi ga prepustila njegovim sposobnostim in iznajdljivosti! Instinktu za preživetje. Karkoli sem naredila, ni bilo dovolj dobro: Blaž je znal vsako stvar obrniti tako, da je bilo zanj prav. Očitno je bil prav sposoben fant, le da svoje nadarjenosti ni uporabil v pravo smer.

Mojca je po najinem nesporazumu napolnila potovalko in jezno odšla na vlak, k svojemu fantu. To je ali ni bilo potrebno. To bo pokazal čas. Želim ji le, da bi jo razumeli drugi, če čuti, da doma tega razumevanja ne dobi dovolj. A besede, ki jih prestrežem, zarežejo dvom. Jo bo res lahko kdo tako razumel in ljubil kot jaz? Spomnim se, ko sem v njenih letih sama bežala od doma. Prišla sem iz dežja pod kap. Z mojim takratnim premajhnim samozaupanjem sem postala lahek "plen" tistih, ki so imeli pravšnjo mero ljubezni in zaupanja do sebe. Vse do danes sem mislila tako. Zgubljala sem se in iskala ter se učila in naučila vse tisto, kar so mnogi že vedeli. Ni bilo človeka, ki bi mi stvari olajšal. Le težka sem se prebijala skozi nesramnosti in napake. Nisem bila utrjena, pač pa preobčutljiva. Gotovo pa je nekaj. Če ne želiš prisluhni in upoštevati dobre in koristne napotke in mnenja drugih, te oblikuje čas. In s tem tudi lastne napake. Kajti naš karakter je očitno naša usoda, ki si jo v veliki meri krojimo prav sami.

## Vzpon, ki osrečuje

V ranem sobotnem jutru so me zbudili čudoviti sončni žarki nad hribovjem, katerega del vidim skozi okno spalnice. Med vrhovi je izstopala belina snega po smrekah in ostalem drevju, prepletenim z ivjem. Leno sem se pretegnila in ugotavljala, kaj mi ta pogled sporoča. Prevevajo me lepe misli, ki jih kanim zapisati. Ker ne vstanem, ampak se povlečem iz postelje do stola, da bi dobila svinčnik in papir, zadenem med potjo z roko kup zvezkov in papirjev. Vse zgrmi. Zdaj zares vstanem. Poberem in zložim kar je padlo. Ugotovim, da se zaradi drobnega pripetljaja ne jezim, kar je tudi napredek. Trušč je s seboj odnesel le tok mojih lepih misli. A nič zato. Prišle bodo druge in le malo drugačne bodo.

Zunaj je minus petnajst stopinj. S soncem obsijani roški vrhovi me vabijo. In prav rada bi šla. Le mraz povzroči, da se še bolj stisnem pod odejo. Ujela sem bitje ure iz dnevne sobe, ki mi jo poklonil pokojni oče. Za trenutek me pobožajo lepi spomini. Odbila je osem. Pokličem Tonijevega nečaka, če in kdaj lahko pride pogledat računalnik, ker je zatajil tiskalnik. S tem bo tudi določil, kdaj se bom odpravila v naravo. Telefon zvoni, a se nihče ne oglasi. Zdaj je moja odločitev dozorela. Mojce ni. Šla je tja, kamor jo vleče srce. Toni je v službi, Blaž bo spal tja do desete. Grem v naravo. Da preženem mračne misli in ohromelost. S seboj vzamem svinčnik in nekaj kosov papirja, da mi lepe misli ne bi ušle, mračne pa bom poslala daleč, daleč proč.

Odpravim se z avtom. Prav vesela sem ga. Štiri leta je star in si mislim, da je to tisto pravo, kar sem tako dolgo želela. S seboj vzamem še palice za lažjo hojo. Pred prednji sedež položim pohodne čevlje in toplo podložene škornje, da se med potjo malo ogrejejo. Sicer še ne vem, kaj bom obula. Odločila se bom, ko bom videla teren. V dolini pod hribom, kamor sem se namenila, vozim počasi za nekim drugim avtom. Za trenutek me prešine misel, da bi ga prehitela. Naslednji trenutek pa umirjam željo: "Le zakaj. Saj se mi nikamor ne mudi." Zato uživam v vožnji, česar se zavedam in kar me še dodatno bogati. Vozim po ozki ovinkasti cesti. To je vožnja sobotnega šoferja ali vožnja dveh zaljubljenih, ki se jima nikamor ne mudi. Želita ostati čim dlje skupaj. In prav je tako. Jaz postajam eno z mojim mirom.

Na primernem mestu ustavim in uživam v čudovitem dnevu, ki se pred mano razprostira v vsej svoji veličini. Zdaj mi zares ni žal, da sem šla na pot, čeprav brez Tonija, saj vem, da te poti ne mara.

Preprosto bolj uživa, če se uleže, si odpočije ali vzame v roke časopis. Vse bolj ugotavljam, da sva si različna. Pa ne, da jaz ne bi bila utrujena. Ravno nasprotno. Morda bo nekoč ali nekje drugje drugače. Zdaj je tako, kot je. Po lahni poti navkreber razmišljam o včerajšnjem dogodku, ko me je poklical vaščan. Nevedoč, v kakšnih stiskah sem, me je nahrulil, da je zlati prinašalec "napadel" njegovo hčer. Jezna, ker se ni prepričal, če je bil res naš pes, sem mu povedala, kar mi je ležalo na duši. Nato sem sama zase ugotavljala: "Bati se psa lahko pomeni tudi bati se življenja. Ko greš skozi ovire, kot grem jaz, se zatega prinašalca ne bojiš. Prav prijazen pes je. Le govoriti ne zna. Ko bi znali ljudje včasih biti bolj ljubeči do psov, ko bi jih znali razumeti, kako čudovito je njihovo poslanstvo. Takrat, ko vsi drugi odpovedo, ko nimajo časa za nas, takrat hišni ljubljenec ostane pravi prijatelj še naprej. Včasih se počutim tako sama s temi svojimi resnicami in problemi. Zdi se mi, da nimam več nobenih svojcev. Ti živijo neko drugo, povsem svoje življenje. Meni pa polepšata dneve naši živali, Soni in Čarli."

Spomnim se kolegice iz službe, ki mi je bila za zgled. Nadomeščala mi je mamo, vzgojiteljico in bila je več kot prijateljica. Nobene druge osebe nisem imela, ki bi mi pomenila toliko, kot ona. Pač. Bila je tu še Danica, s katero sem imela zadnje čase bolj redke stike. Imela pa sem tudi delo, ki sem ga vneto opravljala. In moža in družino, za katero sem mislila, da je vse v redu. In to mi je tedaj zadoščalo.

Hoja v hrib me je upehala. A dala mi je moči za nove razmisleke in ugotovitve. Vedela sem, da moram premagovati nekaj, kar razjeda moje telo. Ker mi je od vseh aktivnosti ostala le še hoja, vse to, kar počnem danes, še kako cenim. Dan je bil še naprej lep in spokojen. Tla so bila še pomrznjena. Na stezi nisem srečala nikogar. Tudi to je tisto, kar me vabi na Gorjance. Hodim si napajat dušo. Nagnosko čutim, da nimam dovolj listov za vse, kar sem danes občutila in bi rada zapisala.

Naprej sem šla malce hitreje, da sem se ogrela. Ko nisem več zmogla, sem korak upočasnila. "Še malo, pa bom na ravnini," sem razmišljala. Tedaj sem začela uživati v vsem lepem, kar sta mi nudila čas sprehoda in okolica. Misli o lepoti narave, ki jo začutim pred seboj, mi sproščajo ventil duše. Pred mano se je odprla čudovita ravnina. Tedaj me je objelo sonce s toplimi žarki. Pred menoj se je zalesketala snežna odeja, posuta s tisočnimi ledenimi kristalčki in biseri. Zatopljeno v misli me je zmotil telefon in sklenila sem, da ga bom naslednjič pustila doma.



“Halo, si kje blizu?” me je vprašal Toni. “Imam še kar veliko dela, čeprav gre ura že na enajsto.”

“Ne, nisem blizu, šla sem na daljši sprehod.”

“Kako, kar sama?”

“Kaj mi pa preostane? Danes je res prekrasen dan.”

“Mislil sem, da bi kasneje kam skupaj šla, toda, pazi, najmanj eno uro bom še delal!”

“Prav, saj tudi jaz v eni uri ne bom doma,” sem zaključila najin pogovor. In padla v nov samogovor: “Lepo misliš, Toni, toda velikokrat ostanem sama, ko sva na tem, da dogovor udejaniva. Tedaj greš težko z menoj. A nič hudega. Saj sem vajena!”

Znova sem se predala naravi. Naslonila sem se na vejo ob potki in ocenila, da imam pred seboj še kakih deset minut hoje do Gosposdične. Ko sem z mirnim, enakomernim tempom hoje prispela na cilj, se mi je znova odprl čudovit pogled na dolino. Spokojna in mamljiva je ležala pod menoj. S pogledom sem objela brusniške in šentjernejske griče, planjave in gozdove, kjer je ostal del mojega srca. Del mojega otroštva in ljubezni do življenja in prelepih konj. Kolikokrat se spomnim na te čudovite panorame, tiho zavetje gozdov, ki mnogim dajejo novo moč. Od tam izvira tudi moja želja za odkrivanje novih razsežnosti. In moja hišica, kamor se tako rada zatečem. Da použijem svoj mir. O, da bi le lahko še dolgo hodila, tudi k moji hišici. Tam bi se srečevala s plemenitimi konji. Ob hišici bi rada zgradila ogrado in vzgajala plemenite živali. Seveda s pomočjo tistih, ki to znajo in tudi zmorejo. A za zdaj je to le želja.

In znova me je prebudilo realno življenje. Medtem ko sem srečevala lastnike številnih avtomobilov, ki so hiteli na smučarske strmine, sem pred kočo vedrila svojo dušo in si nabirala novih moči. “Zdaj vem, dragi Blaž, da ti ne morem več popuščati. Zakaj kažeš toliko nezadovoljstva? Zakaj toliko bolečin in odpora na tvojem obrazu? To me spravlja iz tira. Daj, odpri se, pomagaj mi. Skupaj se morava lotiti boleznih, sicer mi ni živeti! Sem, k studencu na Gorjancih, ne bi rada hodila sama.”

Smisel osamljene hoje je v tem, da si v redkih trenutkih samote pomagam. Že štiri leta je tako. Zadnje čase doživljam bolečine v kolku in nogah. Grozeče me opozarjajo, da mi lahko vzamejo še ta užitek. Ko bi le še dolgo hodila sem, k mojemu studencu moči! Predvsem pa potrebujem občasen klepet z neznanimi obiskovalci Gorjancev. Gre za naključne obiskovalce, s katerimi izrečem besedo ali dve o vremenu, lepotah narave, o planinski koči in dobri hrani, in se nato

razidemo vsak s svojimi mislimi. In ne vedo, kako prijetno je slišati pohvalo, ki jo izrečejo kar tako mimogrede. Na obrazu jim je videti, da imajo radi naravo in da tudi njih vzpon na goro, tako kot mene, osrečuje.

Kako živo imam pred seboj čas, ko nisem občutila hudih bolečin, ki so mi prej uničevale življenje. To je bilo pred tremi leti. Tedaj sem ubirala tri poti: en mesec sem bila na antibiotiku, tri tedne na zdravlilu proti depresiji, štiri mesece pa sem jedla hrano brez mesa. Antibiotik, ki sem ga pred tednom dni po dogovoru z zdravnico nehala jemati, mi ni prav dosti pomagal. Sedaj iščem pravo pot. Žal ne vem, katera pot mi je prinesla olajšanje. Ali pa se je zgodilo nekaj čisto drugega. Zdaj mrzlično, a počasi in vztrajno iščem. Takratno olajšanje je bilo znamenje, da je možno življenje brez bolečin. Tudi zato sem se odločila, da ponovno obiščem bioenergetika. Zavestno sem se podala v bitko za svoje zdravje in kakovostnejše življenje. Toniju o bolečinah ne govorim. Kaj bi ga obremenjevala še s tem. Že tako imava dovolj drugih skrbi. Zdaj se spomnim mojih tihih solz po najinem zadnjem odnosu. Zdaj nekako moram temu narediti konec. Dovolj je mučenja. Naj gre to pot na bolje. Za božjo voljo, moram najti pravo pot. Vem, da obstaja.

Včeraj sem bila pri bioenergetičarki Jani. V mesto se je peljal tudi Blaž, ki je imel svojega zdravnika. Avto je bil nabit z negativno energijo, saj mi je s svojim nerganjem kar naprej vcepljal občutek krivde. Ves čas je ponavljal: "Kako drugi starši bolje prenašajo breme bolezni svojih otrok? Zakaj ne zdržiš tega vsakdanjega življenja? Zakaj lahko zmorejo druge mame?" Jaz pa sem imela ravno toliko moči, da sem zmogla pot do zdravnika. Sin je sledil le svojemu miselnemu toku in me sploh ni slišal, še manj poslušal ter kar naprej stresal slabo voljo. Naveličano sem ga opozorila, da sem res utrujena in ga prosila, naj neha, saj gre v nasprotnem primeru naprej lahko tudi peš. "Vidiš," je glasno povzel, "takšno tvoje ravnanje do mene me sili, da pomislim na samomor ali pa da bi se ga dobro napil."

Ko sva se v mestu razšla, sem z obupom podoživljala vse njegove zadnje prekrške. Spet me je imel v pasti s svojo boleznijo in očitki. Kot že tolikokrat do sedaj. Zopet sem začela svoj boj za obstoj in za tako zeleno pravico do miru. Zadnje leto sem celo čutila, da sem v kratkem morala skozi senco doline smrti. Zdelo se mi je, da me izčrpanost vleče v nekaj znanega od daleč. To ni bila samo depresija zaradi moje in sinove dolgotrajne bolezni. To je bilo nekaj več. Izčrpanost me je zares vrgla na pot neke samouničevalnosti ali

nečesa takega. Prisoten je bil občutek božje kazni, ki me je naredil ponižno še bolj, kot sem že bila. Ker ni bilo denarja, sem prodala krzveno ogrinjalo. Izkupiček je šel za obnovo dimnika v Blaževem stanovanju, saj bi se zaradi starosti lahko vžgal. Razjedalo me je vprašanje: "Kaj sploh mi lahko pomeni krzno, ki ga imam tako rada, medtem ko sin premaguje strašno bolezen?" Za Blaževo varnost je šlo in za možen start skromnega začetka njegovega samostojnega življenja. "Kaj pa, če se z dimnikom res kaj zgodi?" sem povzela. "Nesreče so se namreč zadnje leta kar zgrinjale nad mano in mnoge sem razumela in čutila kot božji prst." Bil je čas, ko sem se pokesala in se želela spraviti z mojim Gospodom.

Težko sem se odklopila, a v času seanse mi je uspelo, da sem celo zaspala. Tam sem bila 4 ure. Veliko lažja sem šla domov, prepričana v svojo pravico, da si zaslužim svoj tako potreben mir in duševni počitek. Odločena, da konflikti ne bodo moj gospodar.

Komaj čakam, da se stopi sneg, da bom lahko več časa prebila v moji hišici pod Gorjanci. Od nekdanj mi daje varno zavetje in veliko mero počitka. Kaj bi bilo, če je ne bi imela? Sploh ne smem pomisliti, saj si s tem zapiram vrata kletke, v katero sem ujeta.

Svojci moramo bolj uspešno delati na tem, da naši ljudje z duševnimi motnjami dobijo, tako kot duševno prizadeti, svoje delavnice po vsej Sloveniji. V njih bi občasno bivali in zaslužili s svojim delom. Gre za dvig njihove samozavesti in tako prepotrebne razbremenitve svojcev. O tem se v javnosti zelo malo pogovarjamo tudi zato, ker je to še vedno tabu tema. In če smo odkriti, kdo sploh se želi pogovarjati o duševni bolezni ali motnji? Toda, rada bi opozorila, da prihaja čas, ko bo tega vse več in se bomo morali odkrito pogovarjati. Ne moremo in ne smemo stvari večno pometati pod preprogo. Probleme je potrebno nakazati, ker so. Preprosto obstajajo, kot vsi drugi. Naj jih omenim le nekaj: terorizem na lokalni in svetovni ravni, lakota v Afriki, pomanjkanje denarja pri številčnejših slovenskih družinah, arogantni delodajalci, problem drog in alkoholizma, ki postajata vse večji družbeni problem. Težave je potrebno osvetliti in se o njih spregovoriti. Zdaj je čas sprememb. Vem, da je ljudi z duševnimi motnjami in boleznimi vse več in da se mora družba bolje organizirati v smislu njihove rehabilitacije, saj smo pogosto tudi svojci izčrpani do onemoglosti! Ni dovolj samo mnenje strokovnjakov, da se ti ljudje najlažje in najbolje rehabilitirajo v domačem okolju. Najbolje da, a lažje bo postalo za obe strani, ko se bo razvila patronažna služba psihiatrične stroke na terenu, predvsem

pa tudi družinska terapija na domu. Približati moramo stroko in krizni tim na teren, k bolniku. Tu vidim rešitev tako za bolnike, kot tudi za včasih že prav nevzdržne razmere na domu. Posebno poglavje je tudi pomoč svojcem! Ni potrebno spominjati, v katerem času živimo. V tem času si svojci ne zaslužijo nezaslišanega psihičnega in fizičnega trpljenja, metanja skled v glavo, frčanja čebule po zraku, strahu, kaj vse se lahko zgodi ponoči. Sama nekaterim zgodbam nisem verjela, a sem jih doživela. Kje so meje, ko bolniku popuščaš in trpiš? Zanesljivo imajo te meje neko mejo, preko katere zdrav razum ne more. Ta meja je do nerazuma, ko tudi zdrav svojec zboli. Ne vidim smisla in ne razumem stroko, da ne ukrepa. Čim prej, da ne bo prepozno. Za mnoge najbrž je in nihče ne ve, koliko en bolnik povzroči več bolnikov.

Torej, od gospe Jane sem šla domov nekako pomirjena in sproščena. Uspešno je prepoznala nekatere moje bolečine izpred dvajset in več let. Sama pa sem zaznala čustva iz preteklosti, se soočila z njimi, odprla v sebi nov svet in spoznanje, da tako, kot sem živela trpeče, ponižano in z občutki krivde, ne bom več. Odvrгла bom ta balast. Ne potrebujem ga več. Potrebujem le mirno življenje.

Tu, v zavetju krošenj in lahnega vetrca, zdaj iščem prav to, v hribovski koči. Koča je dozidana in preurejena. To mi daje možnost, da si izberem miren kotiček, med pečjo in oknom. Od peči veje prijetna toplota in vonj po domačnosti, okno pa mi omogoča lep pogled v naravo in me spominja, kje sem. Tu pisateljska duša zares lahko dobi navdih in ugotavljam, da bi tudi sama, iz vsega, kar sem preživela, lahko napisala pretresljivo in poučno zgodbo, morda celo roman. V sebi čutim novo moč in radost ustvarjanja. Odločitev ni težka. Že prvi stavki, izliti na papir, so me prepričali, da sem stopila na pravo pot. Pisanje mi daje zdaj novih moči in upanja. V koči v mislih sestavljam zgodbo, vrstijo se koraki, poglavja mojega nesrečnega in srečnega življenja, mojih lepih in manj lepih dogodkov. Koraki življenja, ki je bilo pretresljivo, polno učenja za boljše srečnejše dni in življenja, ki se šele poraja s težkimi mukami. Gre za sinovo učenje in trpljenje. Živi v drugačnem svetu. V svetu obolelih ljudi z duševnimi motnjami, v tem svetu pa se vse bolj pogrezamo tudi svojci. Življenje enih kot drugih je prežeto z veliko bolečino. Vem, da mnogi na takšnih poteh obupajo ali se razidejo. Iz različnih razlogov. Najbrž pa je pomembno, kako prisebno ali ne gledaš na stvari, ki jih doživljaš, da znaš, predvsem pa v takšnih razmerah skušaš krmariti najbolj smotrno za vse člane družine. Težka preizkušnja. Težka naloga. Sama ji moram biti kos. Čeravno krhka in nežna. A v

duši in telesu se porajajo nove moči. Zaradi novih znanj, novih znanstev, izobraževanja, pogovorov, izmenjave mnenj. In tu je še knjiga. Le kako ji bom dala naslov? Le kako jo bodo sprejeli domači? Mi bodo pomagali najti predlog za naslov te knjige, v katero polagam toliko upanja? Bom z vsebino prepričala strokovnjake, da mi jo bodo ocenili? Bom dobila lektorja, tiskarja, založnika? Nova in nova vprašanja, ki me vznemirjajo in dosežejo, da se moje misli ukvarjajo z novimi, zanimivimi izzivi, in da za trenutke pozabljam na stare, grozljive zgodbe. Sedaj se je pred menoj nenadoma odprlo novo življenje z novimi, sladkimi izzivi. Navsezadnje ni dano vsakemu, da bi svojo zgodbo znal preliti med knjižne platnice. Bo meni uspelo? Mora!

# Lakota po materini ljubezni

Da, tu je še knjiga, bolje poizkus zgodbe, ki se lahko prelije celo v roman. Da bi bila zgodba bralcem razumljiva, potrebuje nekaj podatkov, zanimivosti in dogodkov.

Rodila sem se v skromni družini. Kazalo je, da bom edinka. Ob moji dvanajsti pomladi se je rodila sestra. To je bil čas, ko sem se močno začela zavedati same sebe. V šoli sem bila pridna in moji mami ni bilo težko. Lahko rečem, da z menoj skoraj ni imela težav. Velikih zanesljivo ne. Pridno sem hodila k maši in verouku, začele so se mi porajati tihe želje. Rada bi igrala klavir, a nanj sem morala kaj kmalu pozabiti, saj starši niso imeli denarja. Klavir pa je imela moja soseda in prijateljica. Tako se je moja želja deloma uresničila. Začutila sem čarobnost tipk in melodije. Lepi spomini. Do srednje šole se je moja družina selila kar petkrat. Zoprno.

Ko sem bila v šestem razredu osnovne šole, je prišla sestra. Z mamami se menjavali v njenem dnevnem varstvu. Tako sem že kot šestošolka prevzela za ure sestričnega varstva kar veliko odgovornost. Danes vem, da me je ravno to tudi slabilo. Namesto starševske ljubezni in razumevanje sem prevečkrat dobivala občutke krivde. Bila sem otrok, ki je varoval dojenčka, starši pa so pričakovali ravnanja prave vzgojiteljice. Občutki krivde so se gostili. Jana me je podučila, da so zgolj moj "pridelek" in naj ne krivim drugih! Spomnim se dogodka, ki me je dolgo časa spremljal. Mama se je s sestrico v naročju sprehajala po starem lesenem balkonu. Zdelo se mi je, da me skozi okno zalezujeta, saj sem se ravno preoblačila v pižamo. Jezno in neprevidno sem stegnila roko proti njima. Spregledala sem steklo. Zažvenketalo je in se razbilo na sto in sto drobnih kosov. Tudi majcenih. Jaz pa sem onemela. Še teden dni me je dajal občutek krivde. Sestro sem sama peljala k otroškemu zdravniku, ker sem se bala, da ji je drobec stekla ostal v očesu.

Zgodilo se je, da je sestro povozil manjši tovorni avto. Vsaj jaz sem to takrat mislila. Na zaprto cestišče je pripeljal material za delavce. Skozi okno sem, bila sem znova varuška, opazovala sestričino igranje. Mama me je zadolžila, da pripravim tudi kosilo. Zgodilo se je v trenutku. Sestro sem nenadoma zagledala pred prednjimi kolesi tovornega vozila. Obupano sem zavpila in stekla čez zaprto cestišče. A očitno jo je varoval sam Bog. O Bog, kako sem se tedaj vznemirila in kako sem ti hvaležna, da je bila to le poučna šola zame in za šoferja,

in da si jo pustil živo in zdravo. Ker je bila majhna, jo je šofer spregledal in le rahlo zadel. Toliko, da je padla in se močno prestrašila. V meni pa je ostal hud občutek krivde, da sem na sestro zaradi priprave kosila pozabila. Spremljal me je še dolga, dolga leta.

Tretji občutek krivde sem dobila, ko je ob meni na klopi spodrsnila in se udarila na rob mize. Prebila si je spodnjo ustnico. Še danes se ji pozna in že tedaj so mi dali vedeti, da se ji bo poznalo celo življenje. "Celo življenje, razumeš! Zakaj nisi pazila, Poznalo se ji bo celo življenje, razumeš ali ne!" Nisem razumela, saj sem bila le drobna in prestrašena punčka, ki je takrat lupila čebulo za juho. Kaj pa bi mama rekla, če bi pozabila na čebulo? Vseeno me je skrbelo in v dušo se mi je zapisalo: "Celo življenje!" Kako me je skrbelo.

Dvomim, da se je od odraslih tedaj sploh kdo zavedal, kakšno breme so mi naložili, ko so mi zaupali varovanje. Danes vem, da sem tudi sama potrebovala več njihove varnosti in topline. Pa prijaznih besed. Takrat smo namreč sestri vsi člani družine posvečali veliko pozornosti. Pri meni pa se je končalo z znamenitim stavkom: "Saj je starejša in ona to zmore!" Pozabljali pa so, da bi morali ustvariti več topline v družini, iz nje bi se rodila sestrsko ljubezen, ki je lahko zelo lepa, topla in pristrčna. Lahko rečem, da jo je med nama s sestro primanjkovalo, vsaj jaz jo pogrešam. Starši so mi z vlogo "druge matere" vzeli prav to. Če zdaj pomislim, sem se počutila kot pestrna, ki si je morala tako služiti kruh (in da bi me zato imeli bolj radi) za nadaljnje šolanje. Ko sem se v srednji šoli temu uprla, da sestre v vrtec ne bom več vodila, ker nimam časa, me je znova obšel občutek krivde. Dobivala sem psihične klofute, ki še bolj bolijo. Vedela sem, da bom nekoč morala čez to prestopiti, tedaj pa tega še nisem znala. Ob vsem tem pa sem imela najbližje srčno rada. Bili so moji. Borila sem se za njihovo toplino. Dogajalo pa se je, da sem se vse bolj oddaljevala. Da sem čutila le golo dolžnost, da moram opraviti šolo kot nujo, čeprav sem se za svoj poklic odločila s srcem. Le mamini sendviči, ki sem jih tako s slastjo pojedla za malico, ko sem bila na praksi, so bili tisti, ki so vzdrževali nek duhovni stik z nama. Z njimi sem čutila materino skrb. Kako prijetno je bilo, ko sva se z mamo dobivali pri njeni službeni omarici. Danes vem, zakaj so bili sendviči tako slastni. Ne zaradi kruha, pariške salame in kumaric, pač pa zaradi mame. Zaradi njene skrbi do mene. Da, šlo je za mojo lakoto po duševni hrani in stiku z materjo, o tem sedaj ni nobenega dvoma. Šlo je za lakoto po žlahtni ljubezni, tej prepotrebni energiji za preživetje in ljubeče življenje?

Kakšni spomini, ki me pripeljejo v realni svet. V njem vedno znova ugotavljam, kako rada živim. Kljub vsemu, kar me je udarilo. Kako rada imam svoja otroka kljub vsemu, kar nas je doletelo. Kako pogrešam nekdanje mirno družinsko življenje.

Po mojem trdnem prepričanju sem kot najstnica mami in očetu v srednji šoli delala dosti manj preglavic kot sestra. Tudi danes se mi zdi, da sem se zgodaj naučila negativnih trpečih vzorcev in občutkov krivde. Prav teh negativnosti, ki sem si jih nalagala dan za dnem, sem se odločena zdaj znebiti kolikor se da, čeprav je včasih težko krotiti svoja čustva in se svoji naravi oziroma egu postavljati po robu. Ne potrebujem zamer in drugih negativnih čustev. Zdaj stopam po novi poti osvobajanja teh spon, ki so mi jih ali sem si jih naredila sama. In kdo ve, kaj mi še prinese življenje. Povsem pripravljena sem. Pogumno stopam prihodnosti in neizogibnemu nasproti! Odvrgla bom nepotreben balast in bremena, ki jih nosim še namesto drugih. Zdaj učim sebe in moje v ožji družini, da bodo morali kmalu bremena, ki so njihova in sem jih pomagala nositi jaz, zdaj prevzeti sami. Tako preprosto ne gre več, saj sem tudi sama krhka, občutljiva in navsezadnje človek, ki potrebuje vsaj toplo besedo. Tako si odpiram novo poglavje v knjigi mojega življenja. Vse bolj se zavedam, da smo rojeni tudi zato, da se borimo in na tej poti je treba čim dlje in pokončno vzdržati. Takrat, ko hodimo po robu prepada, najpogosteje pri izbiri nadaljnje poti krenemo po napačni poti. Jaz s svoje ne morem in ne smem kreniti. Je prelahko in preenostavno. Bolje je hoditi po robu prepada še naprej in počakati na trenutek, ko kreneš naprej po varnejši poti.



## Kratka Blaževa zgodba

Moja vestnost in natančnost pri opravljanju šolskih in drugih obveznosti sta bili povsem drugačni od navad in življenja mojih dveh otrok. Zlasti je na vestnost in natančnost povsem drugače gledal Blaž. Zato sem bila na njegovo neugnanost in zahtevnost popolnoma nepripravljena. Že od malega je bil zelo zahteven, komunikativen in nemiren otrok, saj se nam je zdelo, da ni bil nikoli niti ene same minute pri miru. Z leti sem v šali znala reči, da bi me še en tak otrok ugonobil. Imel je toliko energije in otroške neugnanosti, da se sedaj ne čudim, če nekateri starši otrokom niso kos. Ni bilo človeka, s katerim se ne bi razumel, s katerim ne bi hitro našel skupnih točk. Takoj se je znal s svojo odprtostjo in simpatičnostjo prikupiti. Bil je močno priljubljen. Spretno je začel iskati zatočišče pri starih starših. Očaral je s svojo spretnostjo in vztrajnostjo. Na kolesu je bil lahko cel dan, pa najsi je sijalo močno sonce ali padal dež ali celo sneg.

In tak fantek je imel kot dojenček veliko težav. Kar sedem mesecev zapored je imel vnetje ušes. Kakšne bolečine je moral prestajati, vedo vsi tisti, ki jih po ušesu trga le občasno. In to je povzročilo, da je predolgo močil posteljo. Danes sama mislim, da so se tu začele nepremostljive težave, da se je takrat začela njegova in moja, torej najina in naša skupna "kalvarija". Zaradi svoje nemirnosti in živahnosti se je povrhu vsega težko učil. Zato sem bila vsak dan z njim pri učni mizi. Do sedmega razreda. Potem me ni več ubogal, jaz pa sem slepo sledila učiteljevim navodilom, naj se za božjo voljo čim več ukvarjamo z otroki. Samo to in nič drugega. Danes vem, da bi morali tudi z našimi učitelji delati več. Tudi oni so po diplomi prepuščeni sami sebi in nekaterih vedenj, stisk, problemov v družini ne da ne razumejo, pač pa ne poznajo. Jim niti približno niso dorasli. Razumem jih, saj so študirali nekaj povsem drugega. Če pa bi med predavanji v času študija spoznali tudi to področje dela, bi bili zanesljivo boljši pedagogi. Ne bi toliko pridigali. Ko smo odhajali z roditeljskega sestanka, so mnogi komentirali: "Znova je lajnala, kot da sama ne bi imela otrok!" Ta lajna je mene in Blaža potisnila takrat v še večje stiske. Spomnim se mojih vzgojnih prijemov, ki sem jih omenila že na začetku. Bilo je dva ali trikrat, ko je bil Blaž tudi fizično kaznovan, saj se je začelo dogajati to, da mi je dan pred kontrolno nalogo povedal, da bodo v šoli pisali. Pa je za obveznost vedel cel mesec. Moja moč učiteljice in mame je začela padati, Tonija pa kot da ni bilo. Bil je v službi, ali na pevskih vajah. Imel je nočne in dnevne službene obveznosti, petje po pogrebih, kopico sestankov. Jaz pa sem ostajala sama. Obup! Tedaj, ko bi ga vsi trije najbolj potrebovali,

mojega moža in očeta prepogosto ni bilo. Počutila sem se tako sama in osamljena ter nerazumljena. Vem, da je imel Toni veliko odgovornost v službi, a danes vem, da bi v nekem trenutku morala skupaj dati prednost družini. Sama pa sem se pospešeno ukvarjala z otrokoma in gospodinjstvom. Toda otroka sta potrebovala tako očeta kot mamo. To je nesporno. In znova sem se podala v samogovor. "O, ko bi Blaž znal pisati, bi lahko napisal knjigo svojega življenja iz svojega zornega kota. Zanimivo bi bilo primerjati njegov in moj tekst. Večkrat sva namreč isti dogodek doživela povsem drugače. Spomnim se dneva, ko me je Blaž znova spravil na rob pameti. Dogodka se vedno spomnim takrat, kadar mi oko obstane na majhni luknjici v kuhinjski omari. Takrat bi ga v trenutku jeze lahko ubila. Ker ni ubogal, sem namreč proti njemu zalučala desko za rezanje mesa. Blaž je Bil dober športnik in brez težav se ji je spretno umaknil. Velikokrat se "srečava" s to luknjico in velikokrat se veselim njegove hitre reakcije. In vedno znova me preleti vprašanje, kaj bi se zgodilo, če Blaž ne bi bil tako spreten? Dogodek me vedno spravi v veliko žalost, saj težko razumem moje ravnanje, Blaž pa se ga spomni kot nepomemben pripetljaj, v katerem je razjezil mamo in ji dokazal, kako dobre reflekse ima. Torej bi lahko bil odličen športnik in kasneje pedagog. Naši učitelji pa mi tega niso znali predočiti tako, kot sama vidim. Če bi zavzemala kako pomembno funkcijo v državi, bi gotovo več naredila na področju vzgoje otrok in pomoči staršem. Mladi starši se še veliko učijo, sploh pri prvem otroku. Potrebo je več podpore in pomoči pri vzgoji otrok, predavanj, predvsem pa začeti vnašati spremembe pri vzgoji že od vrtca naprej, nadaljevati tja do višje šole, z dobrimi strokovnimi predavanji pa zajeti tudi starše in otroke. Ni vse zgolj "nalaganje" in brezosebno puhlo "lajnanje", naj starši več delajo s svojimi otroci. To dobro vem sama. Iz lastnih, predvsem slabih izkušenj. Pa kaj potlej, če bi moj sin razred ponavljal! Je to sramota? Seveda ni. Imel je prezahtevne učitelje in tistega leta učne snovi pač ni zmožel. Voziti po prazni zračnici se kolesa seveda ne da, kajneda? Na silo pa ne gre. Starši smo šolo končali zase, otrokom pa je potrebno na ljubeč način v šoli in doma prikazati, da se učijo za sebe. Naučiti jih, da se sprejmejo takšne, kot so, s svojimi zmogljivostmi in zmožnostmi. Doseči, da se ljudi ni sram pogovarjati o sebi in o svoji problematiki. In to čimprej, saj je vsako leto posebej izgubljeno. Kaj leto, mesec, tudi dan. In morda bi lažje razumela prve znake, da je z Blažem nekaj narobe. Nobena igrača namreč ni ostala cela. Hitro je uničil vsak svinčnik, razstavil je avtomobilček, potopil piščančka v sodu. In še bi lahko naštevala in pisala in s tem ne bi zajela vse Blaževe zgodbe. Zapisano je le kratka Blaževa zgodba, ki pa veliko pove.

Povrhu vsega je predolgo močil posteljo. In odločila sem se za obisk pri zdravniku, čeprav je takrat obisk pri psihiatru pomenil nekaj nenavadnega, nenaravnega. Psihiater je bil prepričan, da pretiravam in da je s fantom čisto vse v redu. Že tedaj se mi je zdelo, da nima prav. A sem bila tiho in nisem vrtala dalje, saj sem zaupala v doktorjevo znanje, izkušnje in v njegov miren glas: "Gospa, s fantom je vse dobro. Ja kakšni pa so fantki? Sem mar igrajo s punčkami iz cunj?" Danes vem, da bi morala zaupati svojemu čutu. Sem takrat odpovedala kot mati? Bi se morala boriti zanj, delati korake namesto njega, ki jih on ni zmožel? Seveda sem se o tem pogovorila tudi z možem. A Toni se ni strinjal z menoj! To je bila morda prelomnica. Morda? Ta mora je ostajala in visela nad mano, a pravega odgovora ne poznam. O Bog, če ne bi bilo toliko teh težkih čjejev! Bi mi bilo in bi nam bilo kaj lažje? Tedaj bi morala sama potrkati in stopili v svetovalni center v Ljubljano, če je sploh že tedaj obstajal, ne vem. Vem pa, da je od tedaj naprej začela nastajati nepopisna in nepopravljiva škoda. S Tonijem sva bila morda preponosna, bilo naju je sram, da bi iz tako ugledne družine, kot je izhajal on, iskala pomoč pri psihiatru ali svetovalcu. To je bila velika napaka.

Dogodki, ki so si sledili, so bili drug za drugim bolj dramatični, nenadni. Drveli smo nekam, od koder ni bilo več poti nazaj. Blaž je imel pet let iskreno željo postati policist. Zdaj mu zaradi manjših vedenjskih težav ravnatelj na osnovni šoli ni dal zelene luči za policijsko šolo. V Blažu so se začeli dogajati boji. Živel je za ta svoj up, znal je povedati, da se bo vpisal v tujsko legijo. Zdaj pa naenkrat ni bilo nič ne iz prvega, ne iz drugega. Iskali smo pomoč psihologa. Dve uri sta sedela in ugotavljala, kam, na katero šolo bi se še lahko vpisal. Odločil se je za zidarsko. A dvajset dni pred koncem prvega letnika mi je dejal: "Mami, izpisal se bom".

"Kaj se dogaja, Blaž?" sem ga vprašala.

"Ne gre in ne gre mi, veš, ne grem več v to šolo".

"Prosim, lepo te prosim, bodi pameten! Še dvajset dni je do konca prvega letnika. Saj nimaš nobenih težav, saj si priden. Naredi vsaj prvi letnik, potem pa bomo videli. Do jeseni je še daleč. Prosim, Blaž. Obiskala bom ravnateljico. Pojdiva v ponedeljek skupaj v šolo. Saj bo šlo. Potrebuješ le malo vzpodbude. Saj veš, da to želim, zate. Prosim, Blaž. A pojdeva v ponedeljek skupaj?"

"Da, lahko greva v ponedeljek v šolo. Toda, šel bom zadnjikrat."

"Blaž, ko sem pospravljala v tvoji sobi, sem videla mape iz tehničnega risanja. Krasno, ponosna sem bila in sama pri sebi sem pohvalila tvoje risanje. Lepo znaš risati."

“Hvala, mami, a to niso moji izdelki. Plačal sem prijatelju, da mi je vse to naredil.”

Moj Bog. Kot bi me s kladivom po glavi. Niti v sanjah nisem pričakovala takšnega razpleta. V želodcu me je stisnilo. Vedela sem, da so stvari še bolj resne, kot sem mislila. Bolj kot razočaranje me je grabil obup, da mi ni zaupal svoje stiske. Verjetno se je bal Tonijeve reakcije. Zanesljivo se je bal očetovega začudenega pogleda ob dejstvu, da se je predal le 20 dni pred koncem šolskega leta. Vem, da mu je bil Toni vedno velik vzor in da je občudoval svojega očeta. Nekako sem razumela njegovo stisko, saj sem bila v času šolanja tudi jaz občutljiva in sem vedno želela prijetno presenetiti starše. Blaž pa bo sedaj svojega hudo hudo presenetil in razočaral! Alarmni zvonec v meni je bil vse bolj glasen. Začutila sem, da ima moj otrok resno krizo. Moj otrok, ne otrok kogarkoli, pač pa moj, moj Blaž.

Poklicala sem njegovo razredničarko in socialno delavko. Slednja je, podobno kot psihiater, pripomnila, naj ne delam panike, saj je s fantom vse v redu ter da gre le za prehodno najstniško krizo. Sama pa nisem in nisem dojela. Kako je mogoče, da je ves čas vse tako spretno prikrival? Ali je bilo to zaradi strahu, nikoli ne bom vedela. Sploh pa je zdaj to vseeno. Zato pa se toliko bolj spomnim njegovega stavka, ko sva se tisti ponedeljek odpravila v šolo k ravnateljici. Glasil se je nekako takole: “Mami, mi boš stala ob strani. Me ne boš obsojala kot oči?” Nisem vedela ali se z menoj samo poigrava ali misli resno. Vedela sem le, da mu moram stati ob strani. Pa to, da morava priti do ravnateljice, ki ga bo morda uspela prepričati. A so bile le prazne želje. Pogovor pri ravnateljici je sicer stekel, bilo je vse v redu, le Blaž je vztrajal, da je zadnjikrat na šoli, da njega nadaljnje izobraževanje več ne veseli.

Ko sva prišla domov, mi je še rekel: “Veš, mami, če bi jaz končal teh dvajset dni, tebi to ne bi bilo dovolj. Potem bi ti vztrajala, naj končam še drugi letnik.” Nekako obvisela sem med nebom in zemljo, razočarana, zlomljena, nemočna. Nekako na robu prepada in brez vprašanj. Prepustila sem čas času in v sebi opravila molitev. Blaž tisti mesec ni stal križem rok. Z motorjem se je vozil k prijateljem v Ivančno Gorico. Zvedela sem, da se je odločil za delo na bagru. Prav tako sem zvedela, da naj bi ga to posebej veselilo. A nisem povsem verjela. Prvi mesec je dobil le za potne stroške, zato je nehal in to mi še danes očita. Začela sem povpraševati, če bi ga kdo lahko zaposlil. A delo zanj je bilo težko dobiti. S Tonijem sva upala, da ga bodo slabe izkušnje in druga težja dela, ki jih bo še opravljal, vrnil nazaj v šolo. Pa ni bilo tako. To so bile le najine želje in starševsko upanje.

Kasneje je Blaž okusil vrsto poklicev: pleskarska dela, bil je pri krovcih, na žagi in še drugje. Bil je prav priden in cenjen delavec, ko se je začel srečevati z alkoholom, se je stanje hitro slabšalo. Začel je izostajati, svoje slabo delo je začel opravičevati, se jeziti na druge. Bil je pod pritiski in pojavile so se prve vedenjske motnje, ki so se stopnjevale. Eno nesoglasje se je prelivalo v drugo. Sledila so razbijanja, izgredi, peklenške muke trpljenja. Videti je bilo, da ni več poti nazaj. Začela sem iskati rešitev, zanj in za nas. Mislila sem si, da mora obstajati rešitev in vrnitev nazaj na pravo pot. S Tonijem sva se odpovedala pijači, da bi Blažu s tem dajala lepši vzgled, da bi se vsi skupaj lažje urejali. Postavila sva mu ultimat, čeprav nisva še vedela, kaj se pravzaprav dogaja, nisva želela verjeti, da gre za bolezen. Ko bo nehal piti, se bo stanje uredilo in vse bo še v redu. Blaž pa nama je znal reči drugače. A s Tonijem nisva želela verjeti, da ima prav. Gotovo obstaja druga resnica in boljša rešitev! Gotovo se da še pomagati. Tudi drugi njegovi prijatelji so imeli krize, a so izplavali. Verjela sva, da bo tudi Blaž. Že zaradi številnih novih metod in odprtih možnosti.

## Vesolje nemoči in prazno upanje

Naša skupna velika potrpežljivost in Blaževa pripravljenost ter obljuba, da ne bo več pil, je napovedovala svetlejša dni. Doma smo se radostili občutku, da stvari prihajajo v normalne tire. Težke dneve smo zavestno odrinjali in se veselili sedanjosti ter prihodnosti. Blaž, ki je tisti dan oblekel meni simpatičen pulover z ovratnikom modre barve (dobil ga je za rojstni dan), je prišel domov nekoliko prej kot ponavadi. Pozdravil je in se hitro odpravil v svojo sobo. Kot da bi hotel nekaj prikriti. Čeprav nerada, sem šla za njim, kajti zanimalo me je, če se mu je kaj slabega zgodilo in če mu lahko pomagam. V trenutku pa, ko je odprl vrata, mi je bilo povsem jasno. Zmogel je le še toliko moči, da bi mi nekaj povedal. Toda jezik se mu je močno zapletal. Miril me je, obljubljal, da je sedanje stanje le trenutek slabosti, da se ne bo več ponovilo. Sama pa sem bila znova kot na pragu pekla: razočarana, osupla, brez besed. Z mojega obraza je prečital vse. In brez besed mi je zaprl vrata pred nosom in mi tako pokazal, da mu ni več do pogovora. Zdelo se mi je, da je zaprl vrata za preteklostjo, sedanjostjo in prihodnostjo. In vesolje nemoči je objelo mojo že tako in tako ranjeno dušo, ki je živela v tihem in svetem pričakovanju, da se bo sin, tako kot mnogi pred njim, izvlekel iz pekla. Spomnim se, kot bi bilo danes. V trenutku spoznanja resnice, da bo veliko veliko težje, kot smo si mislili, me je obšla fizična slabost. Naslonjena na zid sem se počasi sesedla in obsedela. Zdaj sem spregledala in verjela zdravniku, ki me je opozarjal. O tem je zgovorno pričal nered v Blaževi sobi. Odpadki in smeti so se mešali z čistimi in umazanimi oblačili, za katere ni imel volje, da bi jih pospravil. Očitno nismo naredili vsega, saj Blaž ni dosegel abstinence. Ko jo bo, bo drugače. Če pa mu bom in bomo popuščali, utegne lasten otrok ugonobiti vse skupaj. Nova naloga, ki sem si jo postavila, je bila sinova abstinenca.

Težke ure sem si lajšala tudi s sprehodi. Na enem takšnih sem srečala gospo, ki sem jo kot otrok klicala mama. Bila je namreč moja varuška. Razveselili sva se srečanja in na vprašanje, kako sta otroka, sem se ji odprla. Niti ni bila presenečena, pač pa je tolažeče dejala, da tudi njej življenje ni prizaneslo. Imela je prizadeto hčerko, izgubila je moža, sina je dajala huda bolezen. V njenih očeh sem zaznala boj, boj za življenje. Bila je verna in to jo je reševalo. Kadar sem se s kom pogovarjala, sem nerada govorila o sinovi bolezni. Nisem se želela smiliti nobenemu. Toda njej sem zaupala svojo stisko, saj sem spomnila, kolikokrat sem bila v njenem naročju in ji pravila mama.

Tudi sedaj je bila do mene prava mama. Ob slovesu mi je posodila drobno knjižico iz Medžugorja. Spisala sta jo pater in sestra, ki sta delala z mladostniki in izkušnje tudi zapisala. Naslov te knjižice je bil "Biseri ranjenega srca". Vredno časa in branja. Iz nje sem dobila novih moči za moja poznejša dejanja in ukrepe v zvezi z Blažem. Ena takšnih odločitev je bila težka. "Če se bodo nemiri in izgredi nadaljevali, bo moral Blaž iz hiše!" Sliši se čudno in nečloveško. V mislih sem imela našo staro hiško, v kateri bi nujno morali obnoviti dimnik. Blažu jo bomo pomagali spodobno opremiti in mu razložili, da bo vendarle moral prevzeti del odgovornosti za svoje življenje. Pa čeprav bolan. V naši družini bo imel vedno odprta vrata in vso ljubezen. Zanj je do sedaj storil bore malo. Zato pa nam je kar pogosto povzročal stiske in težave. Vedno smo se bali, kaj bo zagodel naslednjič.

Zgodilo se je hitreje, kot smo želeli in mislili. Blaž je vedel, da je postopal narobe, zato je v spremstvu policista dokaj mirno sprejel našo odločitev. Začeli so se novi trenutki spoznanj. Tako zanj kot tudi za nas. Naša vrata so za Blaža v tistih časih postala večinoma zaprta. Srce se mi je trgalo, a nagonsko sem vedela, da ga naša pretirana skrb in ljubezen lahko le pogubita. Zato smo delali previdne korake. Ko ga je premagala lakota in je pred oknom prosil za kruh, mu je sestra postavljala prošnje in pogoje: do kruha bo prišel, če se bo urejal in če bo redno hodil k zdravniku. V njegovih očeh smo bili kruti, a nismo zahtevali veliko. Dogovorili smo se, da bomo delali skupaj in vztrajno. Spomnim se, ko s Tonijem dostikrat nisva mogla spati do jutranjih ur, spomnim se Blaževega kašljanja sredi noči, ki je odmevalo v našem delu naselja, ko je posedal ob cesti. Bila je topla poletna noč in s Tonijem sva imela okno spalnice odprto. Bili so dnevi in meseci negotovosti, ko sva vedela, da naju lahko pokličejo iz policije ali iz bolnice. Bila sva pripravljena na vse.

Nekega deževnega dne je znova pozvonil (odmev zvonjenja imam še vedno v glavi), a mu prestrašeni nismo odprli. Prišel je iz zadnje strani hiše pred velika steklena vrata. Do pasu je bil slečen. V rokah je držal kuhinjska noža. Ranil se je v dlan in si kri razmazal po telesu. Nato je legel na travo. Dežne kaplje so trkale po njegovem telesu in čudno odmevale. V svoji divjosti je bil ves nemočen, skrušen, a strašljiv. Podoba, kakršne zlepa ne pozabiš. Bolniki, kakršen je Blaž, težko dojamajo, da se morajo odpovedati tudi brezalkoholnemu pivu, saj le to hitro pripelje do alkoholnega. Tako nemočen je s čudnim glasom zahropel: "Mami, bolan sem. Verjemi mi, mami, ne delam se. Prosim, pomagajte mi."

Naslednjič so ga odpeljali s policijskim kombijem. Zame je bil to eden najbolj grozljivih dogodkov in kljub dogovoru z dežurnim zdravnikom so ga odpeljali v zapor. Bil je vklenjen v lisice, noge in roke. S kuhinjsko vilico je ranil policista v dlan, zato so ga vklenili, saj niso želeli tvegati. Ležal je na tleh nemočen in ubog. Bolj, ko se je upiral, bolj so se lisice zategovale. Spomnim se, kako sem mu pošiljala pozitivne misli. Z njimi naj bi ugotovil, da to, kar počne, ne bo prineslo nič dobrega in da to ni pot, ki ga bo pripeljala na varno.

Smrt stare mame je povzročila vrsto novih nevšečnosti. Sledile so si kot padajoče domine. Blaž se je zadolžil in prodal je vse delnice. Na ta način je poravnal nekatere stare dolgove. S Tonijem nisva želela gospodariti z njegovim denarjem. Lahko je naredil z njim kar je hotel. Ostali trije člani naše družine smo še vedno upali in vztrajno hodili na klub. Z možem sva se že pred časom v celoti odrekla alkoholu. V naši hiši ga ni več. Če bi šlo namreč tako naprej, tudi midva ne bi kmalu imela več denarja za preživetje. Duševna motnja, zdravila in alkohol so najslabša možna kombinacija življenja. Zadnje, kar bi si v življenju želela. Tega, kar sem doživljala tiste dni, ne bi privoščila nikomur, prav nikomur.

Tistega leta je umrla Tonijeva mama. Bila je simbol moči v naši hiši. Neomajna. V vsem in vsaki stvari je imela nezmotljivi prav. Prava slovenska mati: odgovorna, razsodna, modra. Zdelo se nam je, da je umrlo sonce. A smo zmogli. Medtem ko je bila taista gospa do svojega sina Tonija stroga, je ravnala z vnukom drugače. Blaž je k njej vedno lahko prišel po tolažbo, tudi kadar do nje ni bil upravičen. Mnogokrat mu je na skrivaj potisnila nekaj denarja. Ne veliko, a vendar. Pri njej je vedno dosegel vse, kar si je zamislil. Njena smrt pa mu je vzela vse to. Tako hudo ga je prizadelo, da tudi jokati ni mogel. Še dolgo je hodil na njen grob, se tam pogovarjal, celo obležal in včasih obnemogel tudi zaspal. "Tudi ene same solze nisem mogel potočiti. Tako mi je bilo hudo, ko je ležala v krsti", je vedel povedati Blaž v trenutkih, ko se je umiril in se je želel pogovarjati z mano. Bolečine res ni znal izraziti navzven, zato je bilo vse skupaj še slabše. Nismo mu mogli pomagati, ker je pomoč odklanjal.

Njena smrt je oplazila tudi mene. Ne vem ali se je začelo lažje ali težje obdobje mojega življenja. Vem samo to, da sem tik pred njeno smrtjo ležala v kliničnem centru. Zame je skrbela zdravnica, ki mi jo je poslal sam Bog. Še zdaj jo redno obiskujem. Do nje najbrž nisem prišla povsem naključno, pač pa po nekem neznanem notranjem vzgibu. Morda so tako narekovale moje neznane zdravstvene težave. Če tedaj ne bi bilo nje, bi me verjetno počasi vrgli v koš Blaževih



težav. Cel mesec sem imela izredno hud kašelj. Bilo je nevzdržno zame in za okolico. Zdravnik je brez krvnih preiskav določil, da gre za težave zaradi psihičnih napetosti. Ni me prepričal, da ima prav, ker sem sama čutila, da je nekaj z mano hudo narobe, saj so mi bile te težave tuje. Zato sem ukrepala po svoje, tako kot se mi je zdelo prav. Dobila sem datum pri zdravnici, ki me je prijazno sprejela. Za sabo sem imela že precej preiskav in leta so tekla, izboljšanja pa od nikoder. Zato sem bila odločena, da temu naredim konec. Prepustila sem se zdravnici. Utrujena od Blaževih težav, kot svojih bolečin v trebuhu. Ne morem verjeti, da sem dovolila zdravniku, da mi je delal toplotno koagulacijo brez predhodnih preiskav. To je verjetno ena večjih stvari, ki si je še nisem odpustila. Ker sem mu kot zdravniku zaupala. Rekla sem si: "Zdaj ali nikoli!" S Tonijem sva spričo vseh problemov, nesporazumov, napetosti, nerazumevanja prišla skoraj do ločitve. Le smrt njegove matere je ta korak zaustavila.

V Kliničnem centru sem ležala tri tedne. Bil je peti dan bivanja v bolnišnici. Čakanje na novice o preiskavah me sicer ni ubijalo, prijetno pa ravno ni bilo. Popoldanska vizita je v sobo pripeljala zdravnico. Prijazno me je pozdravila in me vprašala po počutju. Čutila sem, da je bilo to zgolj iz vljudnosti in da mi ima morda povedati še kaj več. Res je bilo tako. Povabila me je v svojo dežurno sobo. Šla sem brez bojazni, brez posebnih obremenitev in čustev. Toda, tega se živo spomnim še danes, bila je prelomnica mojega življenja.

Tiho sem stopala za njo, v pričakovanju, kaj mi bo sporočila. Nikoli nisem doživela, da bi me zdravnik peljal v svojo sobo, si vzel čas in mi z naklonjenostjo posvetil nekaj časa. Povedala mi je, da sem imela prav, ko sem vztrajala in naredila pot do nje. Razložila je, za kaj gre ter poudarila, da bodo bolečine ostale. Običajno se pove takšne stvari na viziti. Bila je pravi angel, saj je čutila z menoj. Hrabrila me je. Začuda me povedano ni prizadelo. Bila sem popolnoma mirna, kot da bi pričakovala, da bo nekaj našla, ker so težave to nakazovale. Kot, da sem delala poračun za nazaj, za sedaj in za naprej. Zavedala sem se trenutka, ko težave še niso tako napredovale. Z velikim olajšanjem sem odšla v sobo. Tam je bila pacientka, ki se je ravno tako borila z boleznijo. Bolečine so ji uničevale življenje. In vedela sem, da bom uspela le, če se bodo bolečine zmanjšale. Pa žal ni bilo tako.

Bližal se je čas odpusta, bolečine pa niso bile nič manjše. Vse bolj me je skrbelo. Imela sem vse bolj boleče sklepe in vozličke po vsem telesu! Dobila sem predlog za štiriurno delo in zdravljenje v Dobrni. To je bil čas za razmislek, za pomoč sami sebi.

# Spomini so zvezda tolažnica

S Tonijem sva sklenila del poletja preživeti v družbi prijateljev v hribovskem svetu. Vedno sem želela priti do Triglavskih jezer. Po pogovoru je padla odločitev: s prijatelji bomo najprej osvojili vrh Črne prsti. Kdaj kasneje pa bom morda udejanila naslednjo željo, lepa in nenavadna Triglavska jezera. In se je zgodilo. Šli smo počasi. Toni je prvič, odkar živiva skupaj, potožil, da mu v vzpon povzroča težave. Lotila se ga je omotica, sama sem se počutila prav blaženo. Premagovala sem bolečine, težave naporne poti in to je bil zame poseben izziv. Nekaj je, kar me nezadržno vleče v hribe. Ljubi Bog, kako se počutim čudovito v gorah, med ljudmi, ki čutijo enako kot jaz. Lahko bi rekla, da občutim posebno čustvo in spoštovanje do hribovja in gora. Tako posebno, da meji že na strast. Ne vem natančno, kdaj se je to začelo. Morda z mojimi dokaj pogostimi obiski gozdov, nabiranju borovnic pri stari mami. Med počitnicami sem si s prodajo le-teh zaslužila denar za šolske zvezke in knjige. Spomnim se, ko sem nekoč šla s staro mamo v gozd napravljat drva. Pripravila je trše testo, spečeno v polnici in v njem so bili tudi ocvirki. Kako sva ga slastno pojedli. Še danes se mi cedijo sline, ko se spomnim, kako mi je bila ta preprosta jed dobra in zrak v gozdu čudovit. Drugi takšen veličasten dogodek sem doživela, ko je šel stric na Gorjance kuhat oglje. Taborila sva in doživljala pristnost narave. Kako slastna je bila preprosta malica, ki jo je pripravil hitro in spretno: kruh in sardelice v konzervi. To so bili čudoviti časi. Kako se vtisnejo v spomin. So ko kot nekakšna zvezda tolažnica. Škoda, ker se v moji duši v minulih letih ni nabralo več teh malih in milih zvezd.

Pri vračanju s Črne prsti so me morali prijatelji podpirati. Kljub vztrajnosti so mi začela odpovedovati kolena, težave pa sem imela tudi s kolki. "A tako," sem razmišljala sama pri sebi. "Tudi pohodov si ne bom smela več privoščiti. Ne morem verjeti. Pa prav jaz, ki mi nobeno delo in noben gib ni bil problem. Prav. Bom našla pa kako drugo pot." A vseeno si nisem dala odgnati misli na Triglavska jezera. Nekaj let pozneje sva se s prijateljico podali na Ratitovec in zgodba se je ponovila. Vse skupaj zame zaskrbljujoče, saj sem se nekajkrat podala na pot celo pod zdravili. Tudi to ni bilo najbolj modro. "Ljubi Bog, daj mi moči," sem razglabljala tedaj, a včasih tudi še sedaj. "Gotovo obstaja način, da bom tudi takšne težave obvladovala, vsaj do neke mere." Jasno mi je bilo samo to, da nove težave niso psihičnega izvora.

Spomnim se nekega torka, tople avgustovske noči. Bil je ravno moj rojstni dan. Mojca in Gregor sta bila na morju, Blaž se je že odpravil spat. Pravzaprav se malokdaj spravim pred televizor, redkeje kot Toni. A ta večer se mi je pridružil še on. Ponavadi rad poseda zadaj za hišo, na gugalnici. Hiša je nizko pritlična in zato je prav prijeten pogled na okolico okrog nje. Služba Tonija tako okupira, da ga dostikrat kar pustim, da ima svoj mir. Čeprav opažam, da ga utrujenost zadnje čase peha v ležalnik, namesto na kolo ali sprehod in vse preveč rad se prepušča raznim užitek, med drugim tudi hrani, bolečine pa se mu večajo. Ta večer je bil na sporedu film o številni družini, kjer se je zadnji otrok rodil mongoloiden, duševno prizadet. Film je bil prava mojstrovina in je zajemal vse segmente življenja z bolnim otrokom. Nič nisem bila presenečena, saj mi je ta tema še kako znana. Oba s Tonijem se naju je bolečina staršev iz filma močno dotaknila. Odkar je najin Blaž bolan, nikoli nisva odgovorila na neizrečeno vprašanje, kaj bo z najinim otrokom, ko naju več ne bo? To vprašanje, izrečeno s televizijskega ekrana, naju je zbližalo. In nama povzročilo novo bolečino. V meni pa se je znova začel tihi samogovor: "O Bog, povrni mu prosim vsaj toliko moči, da bi lahko bil samostojen. Prosim te!" Od tistih časov sem posebno zvečer ali zjutraj pogosteje v roke vzela rožni venec, ki je od lani redno pod mojim vzglavnikom. In, ko zvečer ležem spat, včasih nekaj malega zmolim, večkrat pa ga izmučena od vsakodnevnih bremen in skrbi le stisnem in potonem z njim v spanec. Spomin o dobrem filmu in Tonijevi reakciji pa se mi je vtisnil globoko v dušo. Dokazal je, da tudi Toniju ni tako vseeno, kot je znal reči ali pokazati. Ugotovila sem, da z besedami včasih zavaja, da so besedo eno, dejanja pa drugo. In njegovo današnje dejanje pred televizijskim ekranom je pričalo o njegovi tihi negotovosti, kaj bo z Blažem, ko naju ne bo več...

Blaž mi pogostokrat pravi: "Mami, od česa le si utrujena. Poglej druge, kakšna dela opravljajo. Poglej prijateljevo mamo, ki že trideset let skrbi zanj. Ti pa si utrujena in zdi se, da dela z mano ne zmoreš." Ob takšnem vprašanju zaznam svoj napredek. Včasih bi me takšen očitek prizadel, sedaj pa se s tem preprosto ne ukvarjam več. Zdaj je vse skupaj nepomembno. Ostaja le preteklost in boleč spomin na neznanje. Vem, da zna udariti z besedami tudi Blaž in da predobro ve, kako mi je veliko zanj. Sedaj besede preslišim. Prej jih nisem. Prej se nisem znala dovolj paziti, tudi Toni me ni znal. Kljub temu da sem se imela za vestno in dosledno pri mnogih pomembnih odločitvah in delu, so se mi dogajale obupne stvari. Globoke bolečine, o katerih še nisem pripravljena spregovoriti. Solzam žalosti ne dovoljujem več kaj dosti, da bi kalile moj mir in sedanjo srečo, stkano čisto na novo

iz novih nitk, novih pozitivnih dogodkov. Blaža ob takšnem vprašanju le pogledam in mu odgovorim z lahnim nasmeškom. Najina skupna včasih peklenska preteklost me je marsikaj naučila. Sedaj znam skrbeti zase in to svoje znanje bi rada prenesla na druge. Ob tem sem se spomnila srečanja z eno od mam, ki ima podobno izkušnjo kot jaz. Razvojno izobraževalni center iz Novega mesta je organiziral okroglo mizo na temo Duševna prizadetost in duševna bolezen. Predstavnica staršev duševno prizadetih, ki ji je pred nedavnim umrl bolan otrok, bi lahko zapustila to nesrečno in žalostno družino. A ne! V spomin na svojega otroka in svoje delo, ženska neomajno deluje še naprej. Organizira razne prireditve in z izkupički le-teh zbirajo denar, da bodo v Trebnjem začeli graditi dom za duševno prizadete. Lepo. Tudi sicer se je okrogle mize udeležilo veliko ljudi. Sama pa sem bila vesela, ker sem spoznala tako izjemno požrtvovalno žensko. Njena prisotnost mi je dala novih moči za moje nadaljnje delo in življenje. Nehote mi je podarila tudi nekaj idej, kako še pomagati duševno bolnim in njih družinam.

Pozitivno razmišljanje in odločitev, da bom s svojimi skromnimi močmi, znanjem in pozornostmi pomagala ljudem, mi je spremenilo življenje. Po tehtnem premisleku sem se spet odpravila na mojo pešpot. 14. avgust. Včeraj je bil eden najtoplejših poletnih dni, saj so namerili 38 stopinj C. Sploh so od maja izredno visoke temperature, suša pa pustoši in se ne ozira na nič. Ravno tako, kot pustoši in se ne ozira na nič, zahrbtna duševna bolezen. Jaz pa sem sklenila, da bom danes na vse skupaj pozabila in se namenila v prijazen odročen svet bajk in povesti. V svežem jutru ter po vijugasti cesti me bodo sprejeli prijazni Gorjanci. Včasih se mi zdi, kot da bi prebiral starodavne zgodbe in pravljice, ki jih je spisal Janez Trdina. Takrat mi je lažje. Pravljice so seveda povsem nekaj drugega, kot krut realni svet, v katerem nastopajo hudobna bolezen, nerazumevajoči ljudje, obupne vožnje v bolnišnico, dolge zatohle vrste, srepi pogledi, zadušni prostori. 14. avgust je moj dan. Uživam v mirni in počasni vožnji. Pogled na oddaljene in skrivnostne vzpetine je vse bolj vabeč. Življenje zna biti tudi lepo.

Gorjanci. Sončni žarki že kukajo skozi krošnje dreves in izpodrivajo prijeten jutranji hlad. Nehote pomislim na realnost in ugotovim, da to pot zadovoljno razmišljam o svojem napredku, kljub bolezni. V soboto bom prvič popeljala prav sem našo mlado skupino za samopomoč. Morda se bo le obdržala.

Pot, ki jo vedno znova rada prehodim, predstavlja tudi premagovanje številnih drugih ovir v življenju. Za sprehode ali pohode sem se odločila v času Blaževe bolezni, in sicer takrat, ko je dosegla svoj vrh., ko sem mislila, da vseh naporov ne bom zmogla. Torej v času, ko sem dejansko hodila po robu prepada. Mnogokrat sem na tem robu prepada obstala in pogledovala v prepad in na zelene travnike. Vedno me je vleklo na travnik. In ob takšni odločitvi je nastala sprememba v mojem življenju. Globoko v sebi sem čutila in razmišljala: "Če sedaj ne poskusim narediti nekaj pomembnega zase, gre lahko z menoj samo še navzdol." Naše misli, pravijo, so zelo pomembne. Zatorej sedaj začejam paziti nanje, kajti hitro se lahko udejanijo. Lahko bi se torej predajala malodušju. In ali ni prav to omama, kot prenekatero druge? "Grem." Beseda, ki je zame tako pomembna. Bolje kot spati, razmišljati, se prepirati, jokati ali nekoga prepričevati. Zakaj le? Zdaj vem, da si s hojo pomaga mnogo ljudi. Da ima vsak od njih svojo pot. Čutim, da ti ljudje, s katerimi smo se nekoč srečevali v visokogorskih hribih, dobro mislijo. En skromen delček tega sveta je še vedno z menoj in bo tudi za vedno ostal, čeprav vse kaže, da se bom morala prezahtevni hoji odpovedati. Bomo videli.

Še malo in pred seboj zagledam koč. Miza in stol mi dajeta možnost za miren počitek. Hitro napišem nekaj misli, da mi ne bi ušle. Za menoj prispe še mlad par. Mož drži telefon. Pogovor je kazal na to, da so ga klicali iz službe. Spomnim se Tonija in njegovih telefonskih pogovorov. Zdaj je pogost gost v neokrnjenih točkah sveta tudi telefonski nemir. Tudi z njim onesnažujemo naravo. Izogniti se temu je prava umetnost. Iz koč se slišijo nervozni telefonski pogovori, kar tu ni navada. To me dobesedno požene nazaj tja, od koder sem prišla. Človek ima slab dan, pa kaj zato. Meni ga ne more pokvariti nič. Prišla sem po mir, dovolj imam nemira. Da ne govorim, kako vse manj rada gledam ob novem letu in drugih pomembnih praznikih ognjemete. Kako malo se zavedamo, da s tem grobo kršimo pravice narave. Nikoli je ne bomo mogli obvladati in kako nas z naravnimi katastrofami in drugimi znamenji opozarja. Tudi to nas ne gane preveč. Človeški pohlep po trženju, ne glede na ceno človeka in njegovega obstoja, je prava norost. Nujno je potrebna drugačna miselna naravnost in ukrepi, ki bodo močneje ozaveščali ljudi.

Slaba volja, ki prihaja iz koč, me oddalji od nje. Umaknem se po poti proti obronku gozda. Skozi krošnje dreves me božajo sončni žarki, ki naznanjajo zopet dolg in vroč poletni dan. Ljubkujejo mi lase, čelo, dlani. Ustavim se in jim za trenutek predam še svoj obraz.

Kakšna ljubezen in poigravanje z naravo. Njena milina me spominja na božanje mojega dragega in njegove ustnice, ki me ljubkujejo. Kdaj in kje je že to!

Stopim iz zavetja gozda in senc na travnik. Na njem se bom odpočila. Zato razgrnem kos podlage, ki sem jo vzela s seboj in odložim palice. Našla sem predel, ki je obsijan z jutranjim soncem. Ura je devet, zato že prijetno greje. Odpnem si bluzo in se predam prijetnim sončnim žarkom. Medtem pa spet zbiram misli, da jih prelijem na papir. Obeta se torej vroč avgustovski dan, a meni je zdaj tu gori prijetno. Iznenada preveje veter, ki začne pozibavati drevje sem ter tja. Blago mi piha okrog čela, mi kuštra lase, hladi razgreto telo. Z zaprtimi očmi poslušam ptice, ki se pogovarjajo o svojih opravilih, v gozdu prav blizu sem ter tja zašumi. Morda je kaka žival, ki sem jo zmotila s svojim prihodom. Za trenutek me zmoti velika gozdna mravlja, ki hiti po moji podlagi. Ko odprem oči, na desni zagledam oranžno cvetoč grm. Tu je zares vse tako popolno in mirno. Tako, kot mora biti. Ker sem si zadala, da bom do desete ure doma, vstanem in se počasi odpravim iz tega spokojnega delčka sveta. Prav žal mi je, da v petih letih nisem mogla navdušiti Tonija. Občutek krivde? Ne, nič več. Ima sto izgovorov. Spreminjala bom sebe in ne njega. Prerasla sem to. Kajti zavedam se, da bi bilo močno pusto in narobe, ko bi bili vsi ljudje enaki. Zdaj vem, da je tako prav. Ob Toniju sem se mnogo naučila. Mnoge priložnosti so mi jemale samozavest. Zdaj temu ni tako. Včasih sem se ob njem počutila prav neuka. Namesto, da bi mi pomagal, me je mnogokrat potiskal v še večje stiske. Najbrž nehote. Sama bi ga morala opozoriti na napake, tako pa sem molčala, prenašala njegova ponižanja in mu jih dovoljevala.

Ena zadnjih finančnih naložb, nova kuhinja, nam je prinesla velik finančni minus. Bila je težka odločitev, a tudi dobra šola. Zdaj vem, da v življenju ne morem imeti vsega. Nova kuhinja res ni bila nujno potrebna, a tako sem si jo želela. In jo dobila. Zame je sicer sedaj pravi luksuz; vsi elementi so prilagojeni moji hrbtenici. To je že res. Toda finančne skrbi nama res niso bile potrebne, v to mi res ni bilo treba iti. Nekdo si poreče: "Neumnost, saj so posojila." Ne, ne maram posojil, še posebno velikih ne. Zdaj počasi, a trdno v meni rastejo povsem nove vrednote. Na račun novosti sem bom odrekla nekaterim drugim stvarem.

Zadnjih štirinajst dni je bil doma spet kratek stik. Bila nas je polna hiša. Blažu sem šla na živce in mi ji očital, kakšna nikakršna mama da sem, Toni me je grajal zaradi neke druge stvari, z Mojco sva prišli

navzkriž zaradi Šonovih briketov, ker je ves čas na dieti. Da pa je bila mera polna, je prišel k nam za vikend še Gregor in Toni me je nadrl, da sem za zajtrk porabila preveč jajc. Čutila sem, da se moram umakniti, da se vsi skupaj malo ohladimo. Za tri dni sem se podala na vikend.

Kaj bi dala za nekaj dimov cigarete. Da bi pregnala stiske in bolečine. Ne, ne smem. Nima smisla. Ali se tako začne zasvojenost katerekoli vrste? Odgovor je pritrdilen. To vem iz izkušenj. Saj hodim že osmo leto na klub. Ljubi Bog, daj mi zaupanja vase in daj mi dodatnih moči. Ljubezen lahko premaga vse. Samo ljubezen in zdrav razum. In kjer ljubezni ni, stiske režejo bolečine in tem se je potrebno upreti. Imam še eno orožje. Še en adut. Začela sem ljubiti samo sebe. Zares. Rada se imam. Sem pobudnica skupine za samopomoč. Hvala Bogu, da smo. Da obstajamo. Vsak ponedeljek skupino redno obiskujem. Odločim se. Iz vikenda bom šla v ponedeljek na skupino in nato domov. Tedaj se bodo tudi doma odnosi že umirili. Tudi jaz bom prišla k sebi. To ni moj prav ali trma. Je moja pravica in potreba. V meni so se začela prebujanja moje lastne ljubezni, ljubezni do same sebe. Ko sem prišla domov, je bilo tako, kot sem pričakovala. Sprejel me je topel dom, v katerem ni bilo čutiti nobene napetosti. Kako pomembno je včasih narediti majcen korak v stran in ne vztrajati pri svojem.

Torek, drugi septembrski dan. Odpravljala sem se v mesto. Z Mojco in Majno naj bi malce hodile, mimogrede bi odpeljala Blaža do zdravnika. Zato sem ga šla zbuditi. Imel je redni pregled in dobiti bi moral injekcijo. Ni se odzval. Zadnjih nekaj tednov odklanja jutranje sodelovanje. Noče jemati jutranje doze zdravil. Pravi, da ne more. Vse bolj postaja napet in razdražljiv. Tudi zadnjič ni hotel z menoj, čeprav je vedel, da sva naročena pri zobozdravniku. Razmišljam, kakšne metode še lahko uporabim, da ne bi škodila nam in njemu, v naših na novo zgrajenih odnosih.

Za ta dan sem imela del kosila že pripravljenega. Kot pravimo "na pol", potrebno ga bo samo še dopolniti. Tako smo si pri nas velikokrat pomagali in izkazalo se je za dobro rešitev. Zaradi bolečin sem po prihodu domov legla, nato pripravila testenine, jih pristavila k štedilniku. Ko bo prišel Blaž, jih bo samo zakuhal. Nato sem znova legla, saj so bile bolečine neznosne. Ko sem čez uro vstala, sem videla, da je še vse tako, kot sem pustila. Čudno. Ponavadi je ta čas naš Blaž že najstniško lačen, tokrat pa ga ni in ni bilo. Prikradel se je strah, da je znova kaj narobe. In res je. Prišel je skrajno znerviran, brez

volje, da bi storil karkoli. Film, ki se je pri nas odvrtel že ne vem kolikokrat. Bila sem v novem strahu in pozorno sem ga gledala ter poslušala. Prosil me je, naj ga nujno peljem v bolnišnico in dodal, da ga v Ljubljano ženejo čudne misli in stopnjevane psihoze. Hrani sva se odpovedala oba. Pripravljeno sem pustila Mojci s prošnjo, naj naredi do konca, da bosta imela z očetom okusno in toplo kosilo. Z Blažem sva tako odšla na vrat na nos. Domov sem se vrnila zopet sama. Razzaloščena, utrujena, naveličana, nemočna in potrta. **Na robu prepada.** V bolnišnici v mestu so bili prijazni in tudi v Ljubljani. Rešilca nisva čakala več kot petnajst minut. To je bil že napredek. Toni je delal tiste dni po dvanajst ur. Če bi morali rešilno vozilo dolgo čakati, bi Blaža peljala kar sama s Tonijem. A nekatere stvari se tudi pri nas končno spreminjajo.

Deseta Blaževa hospitalizacija je bila v torek. Ko sem se peljala z rešilcem nazaj, me je poklicala Mojca. Dobro mi je del njen prijazen klic in vedrina v glasu. Z otroško veselostjo mi je sporočila, da je sosedi pomagala zličkati koruzo. Ker je bila soseda zadovoljna z njeno pomočjo, ji je poklonila deset jajc. Torej, Mojca je zaslužila deset jajc, zato bo spekla dobro sladico. Zasmejala se mi je srce. Kako majhen, obroben dogodek, ki je meni pomenil tako veliko in mi vlil novega upanja. Včasih je za dobro voljo potrebno tako malo. Tako malo! Veselo sem dejala: "Tako je prav, Mojca. Pridna si. Vesela bom sladice, pa tudi lačna sem. Močno lačna. Kako lepo, da si me poklicala. Kmalu bom doma. Veselim se klepeta ob sladici. Hvala, Mojca"

Navzlic sladici smo bili zvečer poklapani. Obtičali smo vsak v svojem kotu. Toni pred televizorjem, saj je želel gledati poljudno oddajo. Sama sem šla delat sliko s suhim cvetjem. Mojca je imela svoja, dekliška opravila. Preden sem odšla v posteljo, sem se pogovorila z Mojco. V temni sobi sem slišala njeno hlipanje in vedela, da trpi zaradi Blaža. Malo prej se je pogovarjala z Gregorjem po telefonu, ki jo razume in spodbuja. Fant ji je v pomoč, saj je z njegovo pomočjo premagala željo po nikotinu. Pred tem je pokadila kar dve škatli na dan. Ko razmišljam o cigaretih, me znova zagrabi želja, da bi si eno prižgala. Samo eno. Na ta način bi se umirila in pozabila, da je naš Blaž spet "gori", v Ljubljani. A se znova premagam. In to si štejem v dobro. Najlažje je obupati in se prepustiti opojnosti dima ali drugim užitek. Takšna pot pa je zgrešena.



# O pomembnosti pohval

Mojca je uspešno zaključila srednjo šolo, pred njo so življenjsko pomembne odločitve. Pravi, da zanjo obstaja samo varianta "a", da "b" ni možna. Kako me včasih s svojimi teorijami spravlja ob pamet! Življenje si res kompliciramo sami in si s tem tudi barvamo svojo usodo z različno temnimi in svetlimi barvami. Sama sem vzljubila svetle, pastelne barve. Včasih pa se znajdem v turobnih, zlasti takrat, kadar me ljude, ker jim to dovolim, posiljujejo z besedami:"

- si zakomplicirana,
- si zmešana,
- si lena,
- nisi nikakršna dobra mama,
- si svoje lastnosti prenesla na svoje otroke in podobno.

Da. Zdaj to ocenjujem kot neumnosti, ker vem, da se rast začne tam, kjer se neha obtoževanje. To mi kaže pravzaprav na stopnjo zrelosti ljudi. Prav tako vem, da v življenju ni samo dveh variant in da je vedno možna še tretja, ki jo morda slabša od obeh, a vendarle obstaja. In daje možnost večje izbire in pogovora.

Nekega dne, ko se je poletje počasi a vztrajno poslavljal, sva se s prijateljico Majno udeležili pohoda, ki ga je organiziralo Društvo za srce in ožilje. Prav prijetno sva se počutili. Ko sva se odpravljali do avtomobilov, se mi je zazdelo, da sem med pohodniki zagledala mojo nekdanjo učiteljico iz prvega razreda. Pristrčno sva se pozdravili. Ko me je povprašala po starem priimku, se je natančno spomnila, kje v razredu sem sedela. Bila sem prijetno presenečena, da se stara gospa spomni neke male deklice, sama pa je pribila: "Veš, spomnim se, da si bila prav pridna. Res, tega se še dobro spomnim." S tem kratkim stavkom mi je polepšala dan in kar ponosna sem bila. To je bil eden tistih lepih trenutkov, ko sem se zavedala, kako dobro denejo iskrene pohvale. Pohvale resničnosti. V življenju s Tonijem sem pogrešala drobne pohvale in majhne vsakodnevne pozornosti. Kam izginja njegova in najina ljubezen? In ali je sploh bila prava?

Filozofija današnjega časa narekuje, da vsak prevzame odgovornost za vse, kar se mu zgodi v življenju, saj je vse tako povezano in prepletano. Gre za osebno odgovornost, torej skrb za lastni jaz. To ni lahko, saj zahteva temeljito soočenje s samim seboj. Pomeni, da se moramo pogledati v ogledalo in si odpustiti, kajti samo ljubezen do samega sebe povzroči tudi ljubezen do drugih in do sveta, v katerem

živimo. Ko in če se soočimo s tem, lahko odpravimo težave, ki smo si jih ustvarili. Mnogi na negativno dogajanje ne gledajo kot na poučno izkušnjo, saj jim je takšna razlaga tuja. Še naprej se počutijo izključno kot nemočne žrtve. Na koncu celo druge krivijo za tisto slabo, kar so sami priklicali z namenom, da bi se učili. Ne glede na to, ali se tega zavedajo ali ne. Žalostne in tragične okoliščine se spremenijo v svetlo izkušnjo le, če se ustavimo in vprašamo: "Zakaj sem to naredil, oziroma ustvaril? Kaj se lahko naučim iz tega?" Spoznala sem, da so stvari, ki nas privlačijo, ki privlačijo tudi mene. Če sem našla lepoto v nečem ali nekom, je bilo to verjetno zato, ker sem to isto lepoto zrcalila tudi v sebi.

V Bio novicah sem prebrala članka **Krivda vedno prinaša bolezen in Za bolečino se skriva jeza**. Zanimiva naslova, članka pa prinašata vsebini, ki ju je vredno prebrati in preanalizirati. Sama sem prebrano pri sebi temeljito predelala, zlasti zaradi moje lastne izkušnje. Zadržala sem se pri naslednjem sporočilu: "Ko izrazimo svoja negativna čustva, utegnemo prizadeti druge. Moramo jih izraziti. Biti moramo pošteni in jih ne zamolčati. Smo le zrcala drug drugemu. Če vidim lepoto v nekom, je to lepota, ki jo IZKUŠAM V SEBI. Če pa sem jezen nate, je to moja jeza, ki je povsem drugačna od TVOJE RESNIČNOSTI. Jezen sem, ker nisem dobil zelenega. Navadno hočemo to prikriti, ker ne moremo nadzorovati. A ko spoznamo, ozavestimo žalost in bolečino, ki se skrivata za jezo, jo zmoremo nadzorovati. Strah pred tem, da bi izrazili jezo, je enak kot pred tem, da BI IZRAZILI LJUBEZEN. Svet se vrti okoli ljubezni, hkrati pa se zdi, da človeštvo trpi ZARADI POMANKANJA LJUBEZNI. Zakaj jo spremlja toliko BOLEČINE in TRPLJENJA?! Ker se BOJIMO, DA BOMO ZAVRNJENI! Nezaupanje je tam, kjer že od začetka ni resnice. Če se s partnerjem ali njegovim vedenjem ne strinjamo, MU MORAMO POVEDATI, KAJ ČUTIMO. NE SMEMO GA OBSOJATI ZARADI NJEGOVIH DEJANJ ALI MU DOLOČATI, kaj sme in česa ne. Vselej lahko IZRAŽAMO LE svoje občutke."

Zanesljivo gre za zanimivo izpoved, napisano na jasen način. V malo stavkih je veliko modrosti in zrelosti. Tak časopisni citat bi si morali mnogi izrezati in ga od časa do časa prebrati, o njem razmisliti, se pogovarjati. Zdi se mi, da je v nekaj stavkih cela knjiga.

Ljudje imamo dušo, ki ima telo s funkcijami, potrebami in občutki. Telo imamo zato, da bi doživljali in nabrali izkušnje za dušo. Tako se naše življenje bogati. Včasih sem začutila, da sem postala močnejša, če sem se določeni izkušnji ali skušnjavi uprla. Zadnje čase sem se

gibala v krogih skupin, kot so razni klubi zdravljenja, pa tudi v krogih duševno bolnih, saj sem tem ljudem pomagala po svojih skromnih močeh, ravno tako kot prenekateri drugi svojci. Tudi ta izkušnja me je silila, da sem razmišljala o novem načinu reševanja same sebe. Prepričala sem se, da je ena od najboljši možnosti prav gotovo delo v Skupini za samopomoč. Na retorično zastavljeno vprašanje zakaj, sem izluščila naslednje odgovore:

- skupina je prostor, kjer lahko nastane zadovoljstvo vsakega posameznika,
- v skupini stoddostotno velja enakost,
- skupina je preverjena možnost za svobodno izražanje,
- v skupini je prepovedana agresivna nestrpnost in prevlada,
- delo v skupini temelji na izkušnjah, ki so skupne tudi ostalim članom skupine,
- skupina sprejme drugačnost posameznika, ne sprejema pa vsiljevanja drugih mnenj,
- skupina spodbuja in sprejema branje in izobraževanje,
- skupina spodbuja dialog in sprejema izpoved, za povedano nihče nikogar ne obsoja in ne žali.

Skupina je torej zame možnost ustvarjanja, izobraževanja, napredovanja. Toni meni drugače in predlaga, naj ne hodim več v klub, češ da me bega in postavlja na razpotje. Tako sva se brusila. Bolj kot brušenje pa se mi je zdelo, da tudi midva za en trenutek stojiva na usodnem razpotju, ker sem jaz mislila drugače, predvsem pa sem s tem svojim mišljenjem ostala nenadoma tako sama. Toni meni, da mi vse skupaj nič ne pomaga, da je klub prerasel. V meni pa se je znova oglašal nek šesti čut. Čut, ki mi je velikokrat prav usmeril. Sedaj pa me začinja obremenjevati, ker vem, da imam prav, pa moram čakati na čas. V igri je torej potrpežljivost. Poleg tega pa je potrebno upoštevati mnenja drugih. Navsezadnje delujem v skupini, torej nisem sama. Neizpodbitno pa je res, da je odločitev za mojo nadaljnjo pot samo moja.

Pravijo, da se je včasih dobro od problema oddaljiti, da ga bomo tako lažje razumeli in o njem razmišljali. In prav je tako. Do tega sklepa sem prišla tisti trenutek, ko se je zataknilo z Mojčinim študijem. Nekega dne mi je namreč poslala sporočilo, da študija ne bo nadaljevala, saj morajo do novega leta napisati osem dolgih seminarskih nalog in da se na tej šoli ne vidi. Dopisala je, da je vpisana še na neki drugi šoli, ki jo veseli. Ni pa vedela, kako je z rezultati vpisa in da bo to izvedela šele decembra. Do tedaj bi se rada nekje zaposlila.

Bila sem razočarana, a vendar radovedna. Po tem, kar mi je napisala, sem vedela le, da je en vpis šel rakom žvižgat, za drugega pa ni bilo zanesljivo, kako bo. Kaj pa, če tudi ta odpade, si bo tako zaokrožila svoje življenje? Spomnila sem se na Blaževe pridigarske učitelje, ki bi potrebovali učitelje in stopila korak nazaj. Tako sem Mojčin problem videla drugače. Ni me več bolelo, ni me več skrbelo, kajti prav nobenega vpliva niti moči nisem imela, da bi spreminjala hčerine načrte. Polnoletna je, sama je premislila in domislila, sama ima v rokah škarje in platno za podlago svojega življenja. Kar vidim in slišim njen odgovor, če bi ji svetovala drugače. A priznam, objelo me je rahlo razočaranje, saj sem ji kot skrbna mati želela vse najboljše. Pa tudi verjamem, da bi zmogla tistih osem ali devet dolgih referatov, saj jih bodo drugi tudi. A tako se je odločila. Odšla sem v gornje nadstropje in čez Mojčino sobo na balkon. Sedla sem na tla in nekoliko skrušena obsedela. Zazrla sem se v naravo, prisluhnila utripu dneva in zaželela, da bi se znaša v objemu zelenih Gorjancev.

Razočaranje me je prizadelo bolj, kot sem si želela priznati. Navsezadnje je šlo za mojo Mojco. Otroka, ki ga poznam in vem, da je odločitev sprejela zrelo in odgovorno, čeravno je vedela, da bo ranila starše. A ravnala je odkrito. Pravočasno me je seznanila. Naredila je odločno in tudi jaz sem stopila za njeno odločitev. Da, včasih je dobro, kar pravijo: oddalji se od težave in lažje jo boš razumel in dojel. In v meni se je prebudil samogovor. "O Bog, daj mi moč, da bom znala uporabiti, kar sem se naučila v življenju. To pa je, da bom znala razlikovati tisto, na kar nimam vpliva in Mojčina odločitev je že ena tistih. Daj mi moč, da bom lahko spremenila tisto, kar lahko spremenim. To je moje življenje, samo sebe. Daj mi modrost, da bom znala razlikovati med enim in drugim." Začutila sem bolečino v želodcu. "Samo še tega mi je treba," sem razmišljala. Vstala sem in se naslonila na balkonsko ograjo. Tam blizu, streljaj od mene, sta soseda, oče in sin, složno polagala kupe hlevskega gnoja. Kako milo se mi je storilo. Toni ni imel toliko potrpežljivosti, da bi delal z Blažem. Očitno je bil zanj preživahen otrok in zahteval je veliko energije. Zase vem, da sem naredila, kar sem tedaj vedela in znala, morda tudi Toni tako. A bolezen je naredila svoje in se razbohotila v vsej svoji luči. Še vedno je preveč stisk v meni, še vedno je prehudo. Sprijaznila sem se s sinovo boleznijo. Včasih, ko se mu nasmejim in ga poskusim objeti, me v zadregi zavrne in pravi, naj objemam kar Tonija. A vem, da tudi on potrebuje tople objeme. Dotiki pa so lahko tako zdravilni.

Nekoč sem imela predavanje "Spoznajmo Bownovo terapijo tudi mi". Predavateljica je bila gospa Jelka Slapar. Na vabilu je v zgornjem

desnem kotu pisalo: "Dotik je mati vseh čutov." Verjamem, da je to res. In tisti trenutek sem začutila željo, da bi se naučila še nečesa novega.

Spomin me ponese osem let nazaj. Kot družina smo bili tik pred razpadom. Toni Blaževih izpadov sploh ni več prenašal. Vsak dan posebej mu je dejal, da ga bo dal v zavod. Spomnim se vzvodov, ki sem jih iskala, da bi ju združila. Spomnim se, ko je Toni ustavil avto in izstopil samo zato, ker je Blaž premaknil program na radiu. Zdaj te vihravosti že zdavnaj ni več in upam, srčno upam, da je tudi Toni globoko v svojem srcu sprejel Blaževo bolezen. Takšno je pač življenje. Dajal me je občutek krivde, da sem bila "prenašalka slabih genov". Zato sem se za sina bojevala. A ugotovila, da me je temu boju postavlja narava. Boriti se proti naravi pa je nesmiselno. Dobro je vse sprejeti, se iz vsega kaj koristnega naučiti in morda pomagati z novim znanjem vsaj enemu človeku. To je postal moj moto. Moj cilj pa, da bi bila ljubljena.

Nekoč sva se srečali s profesorico Zlatko. Čudovita osebnost. V svojo knjigo, ki mi jo je podarila, je napisala: "Ko lepota rodi lepoto, je to dogodek ZDRAVLJENJA. In ena ozdravljena duša pomaga zdraviti vse ranjene duše." Nekoč sva sedeli v restavraciji in srebali sok. Bil je mesec februar. Čutila sem, da ji imam toliko povedati, pa nisem in nisem mogla spraviti iz sebe ničesar pametnega. Mislim, da je bilo to prvič v mojem življenju, ko sem iskreno priznala svojo nemoč in poraz. Drugič je bilo pozneje, čez dva meseca. Ampak drugič sem že vedela, kaj se dogaja z mano. Ko pa sem se pogovarjala z Zlatko, mi je bilo neizmerno težko. Vedela sem, da si je vzela dragocen čas, meni pa je uspelo povedati le, da se težko pogovarjam, da preprosto ne morem več razmišljati od vseh nakopičenih težav in stresov. Kako težko sem jo tedaj pričakovala in kako nemočna sem bila, ne da bi zmogla to vsaj prikriti. Takrat sem se zavedala, da bom morala nekaj storiti. Da nisem stroj, da sem človek s čustvi, človek, ki veliko daje, prejema pa bore malo. Takrat sem se začela soočati sama s seboj in kasneje spoznala, da sem prišla do dna. Nisem znala pravilno porazdeliti svojih moči, nisem se čutila dovolj ljubljena. Bila sem dobra in predana, a nisem znala sproti odvreči balasta, ki se je kopičil v meni. Pričakovala sem besedice zahvale, dobila klofuto. Zavedla sem se, da sem v svojem življenju tudi sama premalokrat pohvalila svoje ljubljene. Zavedla sem se pomembnosti pohval. V svojem življenju sem dosegla novo razvojno stopnjo.

## Novi zametki sreče

Pretreslo me je spoznanje, da me Toni že drugič na skupini (z možem sva hodila na predavanja za boljše medosebne odnose) ni mogel prijeti za roke. Verjetno sva bila edina v dvorani, kjer je bilo okoli 200 parov. Če bi bilo to nekaj let nazaj, bi se prepustila solzam. Zdaj sem razmišljala drugače. Spomnila sem se stavka nekega zakonskega para, ki je zgledno reševal svojo problematiko: "Da preprečiš paniko, je potrebno delati po ustaljenem redu naprej in paziti, da se naš način življenja ne ustavi, ne iztiri." Spet sem postajala mirnejša. Tisti večer dolgo v noč nisem zaspala. Imela sem občutek, da je bilo s Tonijem podobno.

V zgodnjih jutranjih urah sem le zdrsnila v odrešilni spanec. Toda prva misel, ko sem odprla oči, je bil spet Toni in dogodek, ki me je prizadel. Nenadoma sem postala povsem budna. Prešinilo me je, kje sva pravzaprav s Tonijem sedaj. Spomin me je ponesel davna leta nazaj, ko sem pod srcem nosila Blaža in sva živela v skupnem gospodinjstvu s taščo. Bil je nek zimski dan. Bila sva mlada z zametki najine sreče. Zunaj sva pripravljala drva in Toni me je objel in poljubil. To je skozi okno videla tudi njegova mama. Ne vem, kaj se je zgodilo, a od tedaj me Toni nikoli več ni poljubil in objel pred drugimi ljudmi. Od tam naprej so bila najina pota težavna, polna nepotrebnih bremen in neljubih dogodkov. Bila sem mlada, potrpežljiva, polna upanja, da bo nekoč boljše. Z eno samo pomanjkljivostjo. Nisem pričakovala, da bo na tej poti veliko ovir. Mislila sem, da je moja prijaznost in milina dovolj, da premaga vse to. Da bom pomagala in spreminjala druge! Kako sem se motila. Boriti sem se začela šele tedaj, ko so vse stvari šle samo še navzdol, ko sem drsela v prepad neslutelih globin, vključno z Blaževo boleznijo. Vključitev v skupino, knjiga dr. Antona Trstenjaka "**Človek v ravnovesju**" in knjiga dr. Ruglja "**Dolga pot**", redno obiskovanje kluba zdravljenih alkoholikov, so bili moji prvi koraki in zametki želje po širjenju obzorja, po reševanju družine. Sebe tedaj še nisem videla. Kot, da ne bi obstajala, kot da me ni. Dala sem se povsem na stranski tir. Poenotila sem se s svojo požrtvovalnostjo na delovnem mestu in doma in tako popolnoma izrinila svoje potrebe in reševanje same sebe. Misleč, da bom kot vedno srečno prebrodila vse. A kako bridko sem se motila. Zdaj sva s Tonijem tu, kjer sva. Problemi se kopičijo. Izčrpana in utrujena sem od vsega.

Nekoč sem Toniju napisala eno "terapevtskih" pisem, v katerih sem poskušala izraziti svoja čustva in pričakovala njegov odgovor. Pismo se je glasilo:

*Dragi Toni! Prosim, preberi in razmisli.*

**Jeza:** Jezi me, ker živiva v tako zapletenih in neumnih odnosih. Jezna sem, ker imam že vsa leta občutek, da te z ničemer ne morem zadovoljiti. Nočem, da me kar naprej podcenjuješ. Razočarana sem, ker zaspiš vedno pred televizorjem, kar pomeni, da ti je za najine odnose, kot za lanski sneg. Razočarana sem tudi, ker se na predavanju patra v Ljubljani ne trudiš in mi ne podaš roke. Jezna in razočarana sem, ker si ta dan ne vzameš več časa za naju, saj delava na sebi in nikoli prej te nisem prosila česa podobnega!

**Žalost:** Žalostna sem, ker moraš tako trdo delati in ker si tako utrujen vse dni. Počutim se prizadeto, ker si vsa ta leta imel tako malo časa za vse najine sprehode, predvsem pa za moje predloge za hojo. Žalostna sem, ker si tako nezadovoljen z menoj. Žalostna sem, ker se prepirava in zato preprosto nimam več energije. Dostikrat imam občutek, da ti je vseeno. Žalostna sem, ker me obkladaš z žaljivkami in tvojimi dvomi.

**Strah:** Strah me je, ker si preobremenjen z delom in močno se bojim, da boš zbolel. Znaki tvoje bolezni so že potrkali na najina vrata. Skrbi me, ker z raznimi zdravljenji nekako napredujeva, a prepočasi. Strah me je, ker poslušáš druge, ne prisluhneš pa meni. Strah me je, ko berem kakšno čudovito knjigo, ti jo predlagam, pa vidim, da je ne želiš brati. Strah me je, ker vidim, v kakšnem razsulu je najin odnos. Strah me je, ker vidim, kaj se nama izmika. Ne želim, da vse to propade, kar sva zgradila!

**Obžalovanje:** Prizadeta sem, ker kljub obljubi hodiš pozno domov. Žal mi je, ker toliko zahtevam od tebe in me je sram, ker ne čutim najine ljubezni. Ne želim te zavriniti, a tako ne moreva naprej. Žal mi je, če sem te kdaj prizadela, a želela bi, da mi zaupaš in verjameš, da bi ti odkrito povedala, če bi se v moji duši dogajalo kaj odločilnega. Žal mi je tudi, ker ti moram povedati, da se na tak način, kot živiva to življenje, moja ljubezen usiha in tako ne morem več živeti naprej. Včasih se mi zdi, da si nisi zaslužil, da živimo tako kot živimo in da si naša družina zasluži več. Vsi skupaj.

**Ljubezen:** Rada bi, da bi se bolje razumela in ljubezni na široko odprla vrata. Oba. Najini ljubezni! Oproščam tebi in sebi za vse nazaj. In vse, kar delam, delam za najino dobro in najine dobre in boljše odnose. Skušam reševati, kar se rešiti da. Učim se, ker tudi jaz ne vem vsega. Razumem te, da bi želel boljše odnose, a za to se morava

potruditi oba. Zahvaljujem se ti za ves trud, ki si ga vložil, za vsako delo, za najino družino. Rada bi bila tvoja junakinja, ki bi jo spoštoval in občudoval. Imaš svoj prav in obdrži ga, a rada bi, da bi podprl tudi mene in moj prav. Trudila se bom, da bom bolj potrpežljiva in razumevajoča. Rada bi, da bi bila drug do drugega bolj strpna. Želim si, da bi bila srečna, da bi uvidel mojo ranljivost in mi pri tem pomagal, ne grajal. Da me ne bi krivil za nesrečne dogodke in kar ni prav. Žal mi je, ker včasih nisem vedela, kaj naj storim in sem ti pričela očitati. Vesela sem, da si moj mož in želim si, da v meni ne bi iskal popolnosti. Želim, da bi se tudi resnično ljubila, z vsem srcem. Z ljubeznijo in radostjo.

*Tvoja Barbara*

P.S:

Od tebe bi rada naslednje:

- rada bi zagotovilo, da boš ob petkih, ko hodi na seminar, doma vsaj ob 14.00, da se spočiješ in da na seminarju ne boš spal,
- rada bi, da mi zaupaš, da skupaj zmoreva vse in da nama bo uspelo,
- rada bi, da me pohvališ za zaupana čustva in podpreš v razvijanju najine ljubezni.

V nasprotnem primeru, a verjamem, da do tega ne bo prišlo, želim, da se razideva kot dobra prijateljica in ne kot sovražnika, saj sva prehodila veliko skupne poti, vložila veliko truda in bila tudi prijateljica.

Toni je pismo prebral. Vse, kar je zmogel, je bilo: "Lepo." Pričakovala sem odgovor, ki ga ni bilo, vsaj v pisni obliki ne. A postopno, komaj zaznavno, se je nekaj začelo premikati. Na bolje. Nikoli ne bom izvedela, zakaj. Ali zaradi pisma ali zaradi napovedi slovesa ali zaradi enega in drugega. Globoko v sebi sem vedela, da me ima Toni rad. Globoko v sebi je tudi on vedel, da je moja ljubezen iskrena. Oba pa sva vedela, da imava veliko veliko skupnega. Da imava Blaža, Mojco, najine nekdanje sanje, najino resničnost. A dejstvo, da se je Toni omehčal, da mi je končno prisluhnil in odprl težko zapahnjena vrata, sem občutila kot olajšanje. Ne kot zmago. Sedaj nisem bila več sama in znova sem doživela nekaj utrinkov pozabljene sreče. Srčno sem upala, da bova s Tonijem utrinke povezala v snop in dokončno zastavila nove zametke sreče.



# **11. del**

## **Ustavimo izključenost**

# Kristinino pismo

Pismo, ki mi ga je napisala ena izmed duševnih bolnic, je vredno objave. Dolgo časa sem kolebala ali bi ga uvrstila v moje pisanje ali ne. Prepričana sem, da bom z njim nagovorila številne druge, ki se še vedno ne znajo odpreti in hodijo s svojo bolečino po svetu sami in osamljeni.

## ***Spoštovana gospa Barbara!***

*Hvala lepa za pismo in obvestilo. Pišete, da boste moje pismo oziroma članek podpisala z inicialkami. Predlagam, da objavite kar polno ime in priimek! Samo zato, da bi dokazala, ne samo jaz, tudi drugi, da smo sposobni kaj ustvarjati kljub duševni bolezni in tako dokazati sebi in tistim, ki dvomijo v naše sposobnosti.*

*Bolj, kot me prizadenejo v mojem ožjem in širšem krogu, kjer živim, me več ne more nihče.*

*Rada bi bila sebe vredna ter rada bi znova okusila prednosti zdravega življenja. Kljub temu da sem duševni bolnik! Res pa je, da je veliko odvisno, v kakšnem okolju tak človek živi. Jaz se tu počutim tako ponižano in zaničevano, da je TRPLJENJE kar pravi naslov za moj članek.*

*Ni me sram bolezni, čeravno je take vrste, da bi se je marsikdo sramoval!*

*Podala sem se v usodo in si naložila svoj križ, ki ga nosim že dvajset let. Mene je srce bolelo zaradi mame, ki je imela dva bolna otroka, saj vem, da je trpela, čeravno tega ni pokazala, pa koliko si je prizadevala, da je olajšala življenje bratu in meni. Brat je umrl leta 2001 za srčno kapjo. Tako sem izgubila dom. Sicer pa je treba vložiti še veliko dela v stari in novi hiši, da bi bili useljivi. In zdaj moj prispevek. Že sedaj sem vam hvaležna za objavo v vaši knjigi. Nasloвила sem ga preprosto, Trpljenje.*

## **TRPLJENJE**

“Trpim. Sprašujem se, zakaj? Ni čudno, saj sem že osemnajsto leto duševni bolnik. Življenje je kruto, ljudje neizprosni. Rada sem med ljudmi, če so odprti, iskreni. Toda spoznavam, da so le redki, ki kot opomin in upanje hkrati utirajo pot, skozi kali življenja. Rotim ljudi, da se poglobijo v naš svet. V svet duševnih bolnikov, da se ne bomo počutili zavržene, čemur sledi osamljenost in obup v stiski. Morda

bi tedaj bolje razumeli, ne bi čutili odpor, saj smo člani iste družine. Morda z enakimi interesi in željami.

Iščem sebe v tem širnem svetu in tudi počutim se kot izgubljena. Želela bi živeti z enakimi pravicami, se svobodno gibati, brez zaničevanja in posmeha. Najbolj me prizadene, ko vidim, da se me ljudje izogibajo, šepetajo in se spogledujejo, ne da bi se zavedali, da krvavi moje srce. Zelo boleče je to spoznanje, toda tolažim se s tem, da ti ljudje nimajo spoštovanja in kulture.

Skrivala sem bolezen, toda sprejemala sem samo sebe, čeravno jočem. Naj ljudje spoznajo resnico. Zaustavijo korak. Ni me sram bolezn, toda v meni je dvom ali mi bodo ponudili roko ali se bodo brez sočutja zastrmeli v daljavo.

Stiska me v grlu, kajti od grenkobe in žalosti ne znam poiskati besed tolažbe in tiste edine besede, ki se je oprimemo, kot slabotne bilke: upanja v lepše in svetlejšje dni. Hočem povedati, da te razumejo, da te ne gledajo zviška. Toda na žalost je malo takih ljudi, iščem jih v okolici, v trgovini, na cesti, toda zaman. Obupana in utrujena potočim solze in ob takih trenutkih spoznam sebe in svojo veliko bolečino, ki razjeda dušo in srce.

Sama sem. To sta le dve besedi, ki pomenita vse. Grem med polja, travnike v gozd, da ubežim času, v katerem živim brez prihodnosti. Toda, ko se vračam v mesto, s spoznanjem, da sem obogatena, pomirjena, polna čustev, ljubezni spokojnega miru, z optimizmom živim dalje.

Odprla bom ljudem srce, naj poleti, kot metulj proti soncu življenja, v idiliki novega dne, čeravno trpim in točim grenke solze.”

*Članek napisala Kristina M., april 2002.*

# Blaževa izpoved

Vstopim v staro hišo, kjer živi Blaž. Hodnik je mrzel, kuhinja tudi. Ni zakuril centralne. Le v kaminu v sobi prijetno prasketa. Sam si mora zakuriti peč, da se ogreje soba s starimi kamnitimi zidovi. Brez izolacij. Mraz je neizprosno del vsakdanjika, katerega se mora naučiti tudi on, saj nas bo preživel in tedaj bo moral nekako preživeti. Morda bo srečal nekoga, ki ga bo razumel, morda. Sedaj razmišlja že o elektrošokih. Morda zdaj kmalu, morda čez 10 let, če mu vse ostalo ne bo pomagalo. Vendar v podzavesti ve, da mora spraviti na minimum še pravo kavo in cigarete, ki se jih vsi bolni tako oklepajo, še posebno, kadar so v bolnišnici. Pogovarjava se pol ure, nato odideva k meni.

Ker mi Blaž dovoli, zapišem, kar mi je pravkar rekel. Pove mi za svoje strahove. Narekuje mi, pišem, sam pa nadzira ekran.

“Že sama beseda shizofrenija pomeni nekaj zelo groznega. Sama bolezen je tako grozna, da se jo z besedami težko opiše. Kritične faze paranoidne shizofrenije izven bolnišničnih zidov so take, da se včasih počutim čisto psihotično. Gre za blodnje, občasne tegobe, ko me tako močno napadejo težave, da sem ves iz sebe. Včasih jokam, včasih koga pokličem. Želel bi vsaj eno leto, en mesec, en dan brez morastih sanj. Ne prenesem nobenih prepirov. Vem, da imate člani družine dostikrat prav, ampak si ne morem pomagati, da ne bi vpil, bil živčen, prepirljiv. To se mi dogaja, odkar sem zbolel za to boleznijo. Problem in bistvo te bolezni je, ko ne veš, **kaj je res in kaj ne**. Všeč mi je bilo razmišljanje mame nekega obolelega za shizofrenijo. Domači so bili prepričani, da se paranoidna shizofrenija da pozdraviti. A so jih zdravniki postavili na realna tla. Razložili so jim, da bo imel njihov sin kljub terapiji in opori svojcev težave do konca življenja.

Tega se zavedam tudi sam, prav tako dejstva, da sam ne znam živeti. Ob sebi potrebujem nekoga. V oporo mi je cela družina. Večkrat pomislim na samomor. Če bom preživel in, če ne bom našel nikogar, ki bi bil pripravljen živeti z menoj, pomislim tudi na življenje v ustanovi. Rad pa bi pohvalil zdravnike, h katerim hodim, saj jim zaupam in so odlični psihiatri. Vsem mlajšim bolnikom sporočam, naj se izogibajo trave, alkohola in drugih psihoaktivnih drog, ker že ena sama cigareta trave sproži blodnje, nervozo, preganjavico itd. Sam se zdravim za to boleznijo že osem let. Ker imam večkrat težave, se pogosto vračam v bolnišnico. Sklenil sem, da bom redno jemal

zdravila, da ne bom zaužil več kaplje alkohola. Prepričan sem, da se mi potem ne bo treba tako pogosto vračati v bolnišnico. Ob vsakem prihodu ti namreč dajo dozo zdravil, da se ne bi poslabšalo stanje. Na skupini sem jasno povedal, da me moti, ko nam ob prihodih odrejajo tako visoke doze zdravil v obliki injekcij. Večkrat sem zato čutil potrebo, včasih pa tudi ne.

Zavedam se, da se nikoli ne bom pozdravil. Posledice te hude bolezni mi bodo še naprej lajšali z zdravili. Še enkrat poudarjam: dobro je, če bolniki ne jemljemo psihoaktivnih snovi. Moram povedati, da me je včasih zaradi vsega močno sram. Prav tako to, da me ljudje, ko se pogovarjamo, zaradi bolezni ne žalijo. Slišal pa sem, da so o meni govorili grde stvari. Toda iz izkušenj vem, da se to lahko zgodi vsakomur, tudi tistim, ki me ogovarjajo, ali njihovim otrokom. Čutim, da je moja bolezen res huda. A sem vedno bolj discipliniran. Vem, da mi bodo tudi zaradi moje volje po sodelovanju starši še naprej pomagali. Dokler bodo pač mogli. Zdaj sem nenadoma spregovoril. Mami narekujem in skupaj delava oziroma piševa mojo izpoved. Pa nisem mislil, da kdaj bom. Zmorem tudi to, da glasno povem, da jih imam vse rad. Mogoče je to začetek moje nove ljubezni. Moja zelena lučka.

Danes je odnos do nas precej drugačen, boljši. Mislim, da le 30 odstotkov ljudi "našo" bolezen razume, 70 odstotkov pa ne. Ti ljudje se nas izogibajo. Tudi tisti, ki nas dobro poznajo, nas ne pokličejo. Včasih sem imel veliko prijateljev, danes jih ni in ne vem, kam so se poskrili. Mislim, da me mama dobro razume, ker ima precej znanja. Čudi pa me, ker si včasih očita, da me je peljala v psihiatrično kliniko. A vem, da mi zdravila pomagajo, da brez njih ne morem živeti. Ne izključujem pa možnosti, da bi kdaj bil na minimalni dozi zdravil.

Vem, da vsi trije člani družine trpijo, ko me gledajo takšnega. Hudo mi je zlasti zaradi sestre, ker je morala toliko pretrpeti. Najtežje mi je bilo takrat, ko mi je umrla stara mama. Tako mi je bilo, da opisati ne morem. Tudi jokati nisem mogel. Bila mi je v veliko oporo v življenju. Takrat sem začutil hudo krizo in dogodki so se začeli kar vrstiti. Danes ugotavljam, da sem nekaj težkih bremen odložil, nekaj jih me pa še bom. Sedaj, ko je to zapisano, mi je lažje. Ne vem, kdaj bom znova sposoben odkrito govoriti. Svojim bi rad le povedal, da so tudi pri meni "normalni" trenutki, ko natančno vem, kaj se dogaja. Z menoj in z mojo družino. Takrat sem otožen in močno prizadet, saj vem, kako težko je življenje z bolnikom, kakršen sem sam. Potrpite, prosim."

Blaž je umolknil, sama pa sem začutila veliko zadovoljstvo. Blaž je namreč spregovoril. Bil je jasen in razumljiv. Zavedal se je hude bolezni. Nato me je prosil, naj odkrito povem svoje mnenje o bolezni. Ker sem o bolezni res veliko vedela, je bil odgovor kratek: "Dragi Blaž, lahko da si bolezen podedoval. Gre pa tudi za prag občutljivosti posameznika, spletov okoliščin. In sam si ugotovil, da je potrebno odreči se alkoholu, travi, neprimernemu življenju, nasilju. Na ta način si boš sam najbolje pomagal. Veseli me, da tudi ti veš toliko o tej bolezni. Sedaj si ti sam in mi kot družina na dobri poti, da začnemo spreminjati stvari." Blaž pa je nadaljeval: "Naučil sem se, da je bolje, da si postavim pri izboljšanjih majhna pričakovanja. Če se bo uresničilo več, bom toliko bolj vesel!" Ponosna sem bila na svojega sina. Razmišljal je modro. Se nam končno nasmiha kakovostnejše življenje?

# Pomen duševnega zdravja

7. april je svetovni dan zdravja. Leto 2001 je bilo posvečeno duševnemu zdravju. Staršem duševno bolnih je ŠENT ob tej priložnosti poklonil knjižico "Informator Šenta 2001". Na 19-ih straneh je redaktor teksta izjemno lepo in enostavno predstavil osnovna dejstva o duševnih motnjah in boleznih. V tem sklopu je ŠENT izdal še "Knjigo o Shizofreniji". Obe deli sem skrbno prebrala in iz druge knjige sem si na roko izpisala nekaj najbolj zanimivih podatkov. Prepričana sem, da bi jih morali poznati predvsem zdravi ljudje. Le kdo ve, da po strokovnih ocenah kar 400 milijonov ljudi trpi zaradi duševnih, nevroloških motenj ter psiholoških težav, ki so povezane z odvisnostjo. Vsak peti človek ima ponavljajoče duševne težave. V letu 2000 se je na svetu vsakih 40 sekund zgodil samomor, okrog 45 milijonov ljudi na svetu, ki so starejši od 18 let, vsaj enkrat zbolili za shizofrenijo. Ta duševna motnja se pojavlja v vseh deželah in kulturnih okoljih pri približno 1% prebivalstva. Začne se v mladostniškem ali zgodnjem odraslem obdobju. V knjigi je pohvale vredna naslednja misel: "Ne bojte se duševne motnje. Vsakdo jo lahko doživi."

Dobro si je zapomniti tudi trditev, ki se dotika prihodnosti. Pogled naprej opozarja, da bi moralo biti duševno zdravje ena od pomembnih skrbi vsakega izmed nas, da bi morali strokovnjaki doseči, da bi vsak posameznik poznal pomen duševnega zdravja. Precej besed je namenjenih tudi pacientom, njihovim družinam in skupnostim.

Družba bo v prihodnosti morala ustvariti boljše možnosti in več denarja. Le na ta način bodo prizadeti lahko zadovoljevali svoje potrebe glede duševnega zdravja. Strokovnjaki bi morali biti bistveno bolj usposobljeni za preprečevanje in zdravljenje duševnih bolezni, da o boljši promociji duševnega zdravja ne govorim. Pa še beseda o politiki: politiki bodo morali biti bolj usposobljeni za racionalno in človekoljubno načrtovanje služb. Manj bodo morali govoriti in več narediti. Predvsem pa bodo morali držati obljube. Teh je vse preveč, dejanj vse premalo.

# Pogumno in iskreno besedilo

## Spoštovana gospa Barbara!

Pazljivo in z zanimanjem sem prebrala vaš rokopis, ki se bo, upam, kmalu prelevil v knjigo. Čestitam! Vidi se, da se na stvari poznate, saj pišete kot socialni oziroma medicinski delavec, kot mati in žena. Pogumno in iskreno besedilo, ki kaže na veliko mero poguma, požrtvovalnosti in prosvetljenosti. Vsem želite le dobro. Vse dobro vam in vaši družini želim tudi jaz. Predvsem, da bi bili dovolj zdravi. Le tako boste še naprej to, kar ste: preprosta in pogumna ženska, ki je huda sinova bolezen in nerazumevanje bližnje in širše okolice ni strlo. Ženska, ki je svojo zgodbo prenesla na papir. Tako je dostopna vsem, ki jih tarejo podobne težave. Vsem, ki se ne bojijo spoznati s posledicami hude bolezni. Opravili ste dobro delo. Sama bom knjigo, ko bo izšla, priporočila mnogim. Še enkrat čestitam. To pa zato, ker vas dobro razumem. Tudi sama spremljam psihične motnje hčere, ki bo kmalu dopolnila 37. let. Zbolela je kot 22-letna študentka. Vse nas je presenetilo. Doživela je ljubezensko razočaranje in vse ji je pričelo hoditi narobe, svojih težav nam ni hotela zaupati, sama se je borila, kot je vedela in znala. Nihče ni razumel njenih stisk, še najmanj profesorji. Povsem se je oddaljila, iz Ljubljane ni prihajala več domov, niti telefonirala ali pisala nam ni.

Pričeli smo poizvedovati in prestrašeni smo zvedeli, da se obnaša nenavadno, da se zaklepa in da odklanja družbo in pomoč. Hitro sva ukrepala in jo le s težavo prepričala, naj gre z nama na Polikliniko in kasneje v Center za mentalno zdravje v Ljubljani. Sprejela jo je ljubezniva dr. Vesna Švab. Šele v stiku s strokovnjaki se nam je odprla njena žalostna zgodba. Vsi v družini smo bili v popolni temi. Sama sem prebirala literaturo, ki mi je vzbujala še več strahu, povsem nevedna sem bila, kljub opravljeni srednji zdravstveni šoli. Dekletu so vse bolj zviševali dozo nevroleptikov. Ko sem jo gledala, vso razosebljeno, mi je bilo težko. Hodila je kot robot, se močno tresla, krč ji je pogled obračal navzgor, močno se je slinila, venomer cepetala, še zob si ni bila sposobna umiti. Mesec dni je bila v Centru, dva doma, spet v Centru, pa znova doma.

Približno po dveh mesecih si je opomogla. Znova je začela študirati, opravila je celo dva izpita. Ko se je s kolesom peljala na nov izpit, jo je zbil motorist in pobegnil. Mimoidoča sošolka je poskrbela za rešilca. Od tu naprej se je njeno zdravstveno stanje slabšalo.



Novembra 1989 so jo sprejeli v Psihiatrično kliniko Ljubljana - Polje. Zdravili so jo tri mesece, najbolj se je zanjo trudila dr. Vesna Švab, ki jo je kasneje tudi ambulantno zdravila. Do poslabšanja bolezni je verjetno prišlo tudi zato, ker je bila že leto dni brez medikamentozne terapije. Od tedaj dalje je redno jemala Leponex, kasneje Risperdal, sedaj Ziprexo, kar ji pač predpišejo. Na spremembo zdravila slabo reagira. Do sedaj je imela sedem kriznih stanj. Ta bolezen terja čas stalne pripravljenosti, da ne govorim o strahu in možnostih samomora. Po zadnjem bolnišničnem zdravljenju študiju ni bila več kos. Komisija pri Zavodu za zaposlovanje ji je omogočila usposabljanje, mesto so ji našli v knjižnici, kjer se ob višji dozi Leponexa ni obnesla pri delu z ljudmi. Premestili so jo v Šent, kjer se ni izkazala, sledila je upokojitev pri 29 - letih. Sedaj nekaj malega prevaja in dobiva skromne honorarje, okoli 50.000 sit. Obisk dnevnih centrov v Ljubljani in Kopru ji je koristil. Rada obiskuje fitnes, psihologinjo vsakih 14 dni, psihiatrinjo vidi le enkrat mesečno v skupini, saj je le ta preobremenjena za individualno obravnavo.

Skromna pokojnina nekako zadošča. Sprašujemo se, kaj bo z njo, ko nas ne bo več?!

Ko sem spoznala, da povsem sama v Ljubljani ne more živeti, sem se ji približala, si poiskala delo, da sva zmogli preživeti. Vsak trenutek, ko me je potrebovala, sem bila dosegljiva. S tem sem si prislužila zamere, najbolj pri možu in sorodnikih, čeprav sva dom obiskovali vedno, ko je bilo mogoče. Ko so jo vrstniki že ignorirali, se je znašla med klošarji. Bojiva, da se bo znova takrat, ko pokojnina ne bo zadoščala za preživetje, ko naju z možem več ne bo. Sva namreč že v poznih letih.

Lepo bi bilo, da bi naše zgodbe prebrali predvsem tisti, ki lahko stanje naših težkih bolnikov, pa tudi svojcev in skrbnikov, spremenijo na bolje. Potrebno je pomagati tudi vsem službam in ljudem, ki skrbijo za nas in za bolnike, ki so nekako izključeni iz družbe in zaznamovani brez krivde.

Prav za konec naj izrazim upanje in željo: po petnajstletnem obdobju oziroma trpljenju ljubljene osebe, sem si oziroma smo si vsi, ki smo zaznamovani s to boleznijo, vendarle prislužili spokojnost!?

M.G.

Koper, 23.02.2003

P.S.:

Draga gospa Barbara!

To pisanje vam pošiljam v želji, da bi vam osebno bilo ob prebiranju lažje. Morda vam bo pri pisanju vaše kronologije oziroma knjige v pomoč. Pismo ni najboljše, vendar nekaj je. Prepričana sem, da si bo vaš Blaž opomogel, saj je toliko dobrega v njem. Ko se povsem sprijaznimo, je lažja nadaljnja pot. Vsem v družini vso srečo!

Lepo pozdravljam vas in vaše drage!

M.G.

# Energija, dostojanstvo in svoboda

Ljudje v življenju ubiramo različne poti. Bili so trenutki, ko sem mislila, da sem rojena pod srečno zvezdo, ko nisem vedela, kaj pomeni osebna rast, ko je bilo navidez vse lepo in prav. Le neugnana Blaževa živahnost, ki mi je skrivoma kradla prepotrebne moči, me je začela notranje razjedati, ne da bi se tega pravzaprav zavedala. Blaževa pot je bila tudi naša in moja. Pot na Vojnik, kjer je skoraj "zagrabil" pravo obliko zdravljenja, se mi je poleg vsega zdela še najboljša. Preden pa smo poskusili, z Blažem vred, vse mogoče, smo se odpravili tudi na CMZ - center za mentalno zdravje. Ko smo na hodniku čakali, kot ostali drugi starši s svojimi otroki, sem trdno stiskala pesti in upala, da bo Blaž sprejet v to ustanovo. Ob tem sem si mislila, kako zadovoljni so lahko starši, ki jim je uspelo, da so svojega otroka spravili med strokovnjake. Ker naš fant še ni bil star 18 let, smo imeli veliko upanja. Zato sva ga s Tonijem pripeljala tudi v ta center. A Blaž je bil zelo glasen, do očeta nesramen. Bala sem se, da najinega otroka zaradi njegovega nesramnega vedenja ne bodo sprejeli. Podučili so nas, da ta oddelek zahteva red in disciplino.

Sprejel nas je znani strokovnjak. Najprej posamično, nato skupaj. Povedal je, da bi bilo najbolje, da gre Blaž najprej v psihiatrično bolnico Ljubljana - Polje, da ga takega ne morejo sprejeti, ker je psihotičen. Ko se bo umiril, ima možnosti, da ga sprejmejo. Solze, ki jih nisem mogla zadržati, so se kazale kot vprašanja: "Ali res ne razumejo? Ko bi se vsaj tudi oni malo potrudili, ga poskusili sprejeti? Vsaj poskusili! Toliko vrat smo že odprli! Pa sem mislila, da smo prišli do pravih!" Močno razočarana nad CMZ-jem sva Blaža odpeljala v Ljubljano - Polje. Želela sva, da bi to bilo za kratek čas, nakar bi ga odpeljala na CMZ. V tej ustanovi so vendarle mladoletni bolniki in v njej bi mu lahko pomagali, kot so nama obljubili! Šla sva v upanju, da ima doktor prav .

Doma smo se malo umirili, saj je bil Blaž v bolnici. Spočiti smo se odpravili na obisk in izvedeli, da so Blažu določili težjo obliko zdravljenja kot pa na Vojniku. Imel je čudovito zdravnico, zato nas je ta podatek toliko bolj presenetil in razočaral. "Toda, zakaj nas niso poklicali in obvestili o tem ukrepu, saj je bilo vredno prej poskusiti še z vedenjsko obliko terapije, kot smo se dogovorili na CMZ-ju," sem vrtala vase. "Zakaj, hudiča, takoj na težja zdravila, ko bi lahko povečali dozo tistih, ki je imel na Vojniku in se je dobro počutil?" je v meni začel delovati

črv nezaupanja, ki ni in ni nehal glodati. Sama sem delala na CSD, sedaj razočarana nad delom teh ljudi, v katere sem vedno tako sveto verjela. Vsi moji upi so se tedaj sesuli. Začela sem živeti s težkim bremenom, da sem ga sploh peljala. "Zakaj vse skupaj poteka tako rutinsko, brezosebno, kot da bi delali s kosom odsluženega pohištva?" Zakaj ne vzamejo vsakega mladostnika pod lupo in mu skušajo pomagati s pogovori, ne samo z zdravili?" sem se spraševala ponovno. Za njih, te mlade, za vsakega se je vredno potruditi. Nikar hiteti z močnimi zdravili. Znova sem si postavila tisoč zakajev, pravega odgovora pa ni bilo.

Od takrat dalje sem začela še bolj pozorno prisluhniti tudi Blažu. Ko smo hodili na obiske, se je začel več ali manj odpirati. Povedal je, da mu ta zdravila pomagajo in kako strašen je občutek, ko je imel privide. Videl me je, kako klečim v sobi in jokam. Govoril je o svoji drugačnosti, o težavah, ki jih povzroča sebi in nam ter lepo prosil, naj mu ne zamerimo. Spet se je pojavil moj dvom. Saj je ob vsem tem, kar se je pri nas dogajalo, normalno, da se mu je porodila slaba vest. Zakaj ne bi poskusili z blažjimi zdravili? Mojca je jokala, ni mogla sprejeti Blaževe drugačnosti. Pri njegovi tretji hospitalizaciji je dejala, da si vse skupaj izmišljuje, da to niso prividi itd. In težave so začele cveteti v popolnosti.

"Kako zdaj naprej? Ali bova s Tonijem zmogla to skupno pot? Bo zmogel ostati s to realnostjo, naprej živeti ob meni? Vsi skupaj smo stali pred velikimi vprašanji, na križpotju. Življenje se nam je postavilo na glavo. Prišle bodo nove odločitve, nova dogajanja, edino to sem vedela. Danes sem hvaležna Bogu, ker sem se iz življenja nekaj naučila. Da je vse tako prav, kot je, je že eno izmed pravil. Drugo pa, da ne bom zapravljala časa s tem, da bom koga krivila. Niti starše, zakonskega partnerja niti samo sebe. Zdaj je moje geslo enostavno: "Sprejmi položaj kot je in pojdi neobremenjeno dalje."

Koliko časa sem potrebovala, da sem prišla do bolečega spoznanja, da sem si pustila jemati ENERGIJO, DOSTOJANSTVO in s tem tudi SVOBODO. Doživela sem vrsto spoznanj in ponižanj. Boleči so bili konflikti s taščo in Tonijem. Enako težo nosi tudi spremljanje mojega bolnega otroka. Kajti spoznanje, da sem ob njem, da mu sicer blažim bolečine, a mu ne morem pomagati, je bilo zelo boleče. Danes vem, da si največ lahko pomagajo bolniki sami. Le usmeriti jih moramo, da so čim bolj pozitivno naravnani. In to bolečino sem zaznala pri mnogih svojcih ljudi z duševno motnjo. Iz te izkušnje sem se naučila marsikaj.

Čaka nas še veliko dela. Včasih si mislim, da smo šele na začetku poti. Da, še mnogo je potrebno postoriti v družbi. Tako glede vedenjske terapije, kot rehabilitacijskih centrov, kriznih timov. Razviti bo potrebno bistveno boljšo psihiatrično patronažno službo na terenu. Poseben pomen vidim ob akutnih stanjih. Takrat bi morala biti deležna kakovostnih družinskih terapij na domu prav vsa družina. V nasprotnem primeru trpijo vsi. Takšna terapija naj bi se pozneje nadaljevala še v Zdravstvenih domovih, ko bi si družina opomogla in bi bili posamezni člani pripravljene sodelovati. Eden v družini je vedno tisti, ki je prvi, ki poskuša delati korake in vzvode. Če so ti pozitivni, jim sledijo še drugi. Brez obiska zdravnika na domu v kriznih situacijah pri nas bi bilo zelo hudo. Imeli smo štiri obiske zdravnika psihiatra v razmaku dveh mesecev, kar je bistveno vplivalo na potek in nadaljnje sodelovanje in pridobitev še ostalih članov k pozitivnem načinu razmišljanja. Toliko o mojem gledanju na dogajanje v družini in družbi pri nas.

# **Prazna**

## **III. del**

# **Življenje je lahko tudi lepo**

## Kot jutranja zarja

Minilo je leto, odkar sem začela pisati svoj dnevnik. Znova je bil prelep božični čas. *Če vidim lepoto v nekom, je to lepota, ki jo izkušam v sebi.* Zmogla sem dovolj moči, da sem vsem tistim, ki jih imam zares rada, to napisala v čisto majhne voščilnice k darilcem. A bilo bi prav, da bi dobila odgovor. Četudi ga ni bilo v pisni obliki, moja ljubezen želi ostati brezpogojna!

Dan po božiču sem se odločila za hojo. Tja, kjer najdem svoj mir, kjer si nabiram novih moči in kjer dobim tudi nekaj navdiha. Ura je bila devet, zato je bilo sonce še nizko. Jeklenega konjička sem pustila na starem mestu in se podala peš, s palicami po tako znani poti. Toni mi večkrat pravi: "Le zakaj hodiš tja gor? Kaj vidiš tam, česar ni pri nas?" Ima odpor. Raje bi šel kam drugam, a ko nastopi čas, spet ne gre, zdaj se izgovarja še na bolečine. Zato se držim svojega ritma in vztrajnosti, ki mi daje moč.

V dolini je bila še senca, prvi del hriba še ni pobožal sončni žarek. Bila sem zadovoljna, ker sem vzpetino zmogla. Sedaj in tolikokrat poprej. Ob poti so me pozdravljale s snegom obtežene veje, nekatere do tal, kot bi mi govorile: "Le pojdi naprej. Dobrodošla med nami, saj veš, da te imamo rade!" In spet je bilo kot v pravljici. Za novim ovinkom so že kukali prvi sončni žarki in snežna planjava pred menoj je zablestela s svojimi kristalčki. Prvi sončni žarki so mi zopet božali obraz. Spet sem tu. Pozdravljen hrib, pozdravljeno sonce!

Ozrla sem se nazaj. Za menoj so v vsej lepoti ležale doline, od Trške gore, Šmarjeških Toplic, šentjernejskih gričev, tja do Alp. Le tu in tam je bilo nekaj malega meglic.

Spet sedim v koči, kjer vlada prijetno zimsko vzdušje. Čutiti je prednovoletni čas. Stiski rok izražajo lepe želje v prihodnosti. Čas, ko marsikdo dela obračun za nazaj. In si marsikdo postavlja nove cilje. A zame ostane dragoceno spoznanje trenutka, ki ga živim. Da je to tisto pravo. Torej, premagala sem še en vzpon, obrnilo se je še eno poglavje v knjigi mojega življenja. Srečna sem kljub vsemu, kar prestajam. S srečo in radostjo gledam na dogodke okoli mene. Ne obtožujem več ljudi, ki živijo vsak svoje življenje, z ljubeznijo ali kletvijo, z brezbriznostjo ali solzami. Žal mi je za njih. Tudi zavedam se, da jim ne morem pomagati, ker sami v rokah nosijo ključ svojih problemov. Vem in čutim, da sem sama našla ključ za vrata kletke



moje in sinove bolezn. Dostokrat se spomnim misli dr. Antona Trstenjaka, ki je dejal, da kruh, ki ga spustimo po vodi, vedno priplava nazaj, če je dan z ljubeznijo. To drži. V takšni ali drugačni obliki. Hvaležna sem tudi gospodu župniku Gregorju, ki mi je napisal dragocen stavek: "Sin dolore non vivatur in amore (Brez bolečine ni mogoče živeti v ljubezni)."

Še nekaj o odvečnem balastu, ki sem ga nosila na sebi, oziroma v sebi. Zares sem se počutila kot novoletna jelka z odvečno težo bremena. Tako je bilo nekoč. Danes je z menoj povsem drugače. Spoznala sem vrednosti skupnega komuniciranja in planiranja v družini. Zopet znam prisluhniti lepotam narave. Obožujem drobne stvari življenja. V njih je veliko drobtinic, srečic za boljši jutri.

V svoji občutljivosti in ranljivosti, ko nisem bila najbolj kos življenjskim situacijam, sem morda poskušala s prekomerno aktivnostjo skriti svoja prava občutja. Imela sem kup težav. Postala sem preobčutljiva, ker sem bila tako blizu trpljenja svojih in drugih ljudi. Bila sem preplavljena s telesnimi in čustvenimi bolečinami. V življenju so vzponi in padci. Ne sprašujem se več, zakaj je nekaterim prizaneseno, drugim ne. Zdaj se zavedam bolj kot kdajkoli prej, da je moj čas dragocen. Hvala Bogu za te izkušnje, ki sem si jih pridobila. Vesela sem prav vsakega dne življenja, celo vsakega trenutka. Želela bi pomagati tudi mojim. Toda resnica je, da mora vsak svojo osebnostno pot prehoditi sam. Je pa res, da lahko marsikomu pomagamo. Kajti drobni dogodki nam lahko spremenijo življenje, na pozitivno ali negativno. Odvisno, katero pot uberemo. A, ko pride črta ločnica tudi zame, bom pripravljena.

Ko sem se prvič povzpela na mojo krajšo pešpot in sem vzpetino premagala, sem bila izmučena, a zadovoljna. Vsakič naslednjič je bilo lažje. To se čisto lahko primerja z mojimi vrzelmi življenja. Ni lahko prenašati, predvsem pa gledati sočloveka ali otroka, ki trpi, še posebno ne svojega. Ko nastopijo trenutki resnice, pogled nazaj, ko sva z mojo bioenergetičarko zarezali v moje otroštvo, sem se zavedala tudi svojih resnic. Sem tu, kjer sem in predvsem se imam rada takšno, kot sem. Preprosta v svoji preprostosti. Smisel življenja vidim v tem, da kdaj pa kdaj, ko naredim tudi napako, razmislim o spremembi. Vendar ne na silo. Iz napak so se rodila moja nova spoznanja. Tedaj je bil čas za spremembo.

Spoznala sem, da je nevarno razmišljati, da bi bili takšni, kot nekdo drug. To je nasilje nad samim seboj. In kaj je sploh napaka?

Ljudje smo čudovita bitja. Le da smo vsak na svoji stopnji razvoja in uvida. Včasih je narobe za drugega prav. In ko pomagamo drugemu, so vedeli povedati že starejši modri ljudje, se nam dobro vedno povrne. Enako slabe misli in preklinjanja drugih priletijo nazaj kot bumerang. Življenje je torej bumerang. Prejemamo tisto, kar dajemo. Od drugih prejemamo tisto, kar smo že uzrli in ustvarili v sebi. Sama sem se naučila, da je smisel življenja spoznati ljubezen. Ko se razvijamo, se tega zavemo, se učimo ljubiti in biti ljubljeni.

Spoznavam toplino in ljubezen, ki spet raste v moji družini, kar smo uspeli obuditi. Pa naj še kdo poreče, da to ni možno, ko že mislimo, da vse umre. Le poiskati ju je potrebno in počasi iskrico zanetiti v ogenj ljubezni, ki ta trenutek tudi pri nas spet lepo gori. Presrečna sem in poplačana za vse gorje, ko vidim odsev tega ognja tudi v Blaževih in Mojcinih očeh. Je začetek svitanja, kot jutranja zarja. Je ustvarjalnost, je večanje samozavesti. Saj ta se začne tam, kjer se neha kritika in obtoževanje!

# Sašina izpoved

Nekega dne mi je Saša, dekle z zanimivo zgodovino, predvsem pa z boleznijo in s trpljenjem, vrnila obisk. Prosila me je, če lahko na moj računalnik napiše nekaj stavkov. Glasili so se takole:

Spoštovana gospa Barbara!

Ko sem prebrala vaš osnutek knjige oziroma knjigo v rokopisu, se mi je zdelo, kot da bi se v meni rodilo novo ŽIVLJENJE. Res je. Sreča je sestavljena iz majhnih majhnih srečic, kot domiselno pravite vi.

Kaj naj rečem? Le to, da sva opravili čudovit "spomladanski sprehod". Bil je kot pomlad.

*Najin sprehod. Pod nogami škriplje kristalni sneg. Stopinje v snegu kažejo najino pot.* Ta pot pa je bila dolga. A spoznala sem človeka, ki mi je v hudi boleznijo podal roko. A sama nisem zmogla sprejeti niti prsta. **Nisem imela moči.**

Sedaj je drugače. Počasi, a zanesljivo se mi vrača moč, počasi, kaplja za kapljo. *Želim si, da bi bil to bister studenec. Z vašo pomočjo, gospa, Barbara, sem spoznala, da v bolečini spoznaš prijatelja.*

Lepo vas pozdravljam,  
**Saša**

Ko sem napisano prebrala, mi je na obrazu zaigral smehljaj. Saša mi je nato predala iz časopisa Družina izrezan članek, anekdoto o štirih svečah. Radovedno sem se lotila branja: "Štiri sveče so počasi gorele. Bilo je tako tiho, da je bilo slišati pogovor med njimi. Prva je dejala: "Jaz sem MIR. Vendar ljudem ne uspe, da bi me obdržali. Mislim, da bom ugasnila." Njen plamen se je hitro zmanjšal in nazadnje ugasnil. Druga je rekla: "Jaz sem VERA. Žal sem odveč. Ljudje nočejo niti slišati zame. Nima smisla, da še naprej gorim." Ko je to rekla, je nad njo potegnila rahla sapica in tudi ona je ugasnila. Takoj se je oglasila še tretja sveča: "Jaz sem LJUBEZEN. Nimam več moči, da bi še gorela. Ljudje so popolnoma pozabili name. Ne razumejo, kako pomembna sem. Ni jim mar niti za tiste, ki so jim blizu in jih ljubijo." Ne da bi še trenutek počakala, je ugasnila.

Takrat je v sobo stopil majhen otrok in videl, da so tri sveče ugasnile. "Kaj je to? Morale bi ostati prižgane do konca!" je rekel in

zajokal. Spregovorila je četrta sveča: "Ne boj se; dokler imam jaz še ogenj, lahko prižgeva ostale. Jaz sem UPANJE!"

Otrok je ves srečen prijel svečo, ki je še gorela. In prižgal ostale tri.

Ko se pogovarjam o ljubezni, veri, miru in upanju, naj povežem to s simboliko iz našega resničnega življenja. Blaž je bil izjemno prijeten fantič, povsod je trosil svojo energijo in prijaznost. Tudi na področju športa je dosegal lepe rezultate, posebno v triatlonu.

Po desetem letu je izrazil željo, da bi kupili psa ovčarja. Imeli smo vrt, njivo okrog hiše. Toda starši vemo, kakšne odgovornosti zahteva pes. Mislimo, da vemo in ob tem zanemarimo otrokova čustva in potrebe. Oziroma svoje postavljamo v prve vrste, ker se nam upira, ker se podzavestno zavedamo, da nas potem čakajo dodatna dela, učenja in celo družjenja. V družini smo na to temo opravili pogovor in Blaž ovčarja ni dobil. Danes razumem njegovo razočaranje.

Blaž je kot otrok s svojimi značilnostmi vabil v svoje življenje nove možnosti, nov način življenja, nove smernice. A, ko je pustil šolo, mu je precej časa ostajalo, ni ga znal pravilno porabiti, psa, ki si ga je tako želel, pa ni bilo, da bi mu krajšal urice. Dobil ga je šele v obdobju začetka njegove bolezni. Tedaj je bilo že prepozno. Psa s posebnim načinom razmišljanja in življenja ni mogel obvladovati. Nekoč mu je ušel z našim mešančkom in pri sosedu naredil škodo. Zato je moral od hiše. To je bilo nekaj, kar ga je spet zelo prizadelo in tedaj je začel delati še večje korake nazaj. Kajti kljub bolezni je ovčarja vzljubil in delal mu je družbo. Ko je bil najbolj sam, je bil ob njem v sobi ali zunaj na travi. Za Blaža je bil naravno zdravilo. Spomnim se, kot bi bilo danes, ko sva psa hodila obiskovat k lastniku, ki je imel poleg Blaževega še svoje službene pse. Nekoč sva stala ob pesjaku, opazovala lepe živali in se pogovarjala. Nenadoma je Blažu začelo zategovati vrat in glavo. Pozneje sem izvedela, da je bilo to posledica zdravil. Tudi on se je zavedal tega bolj kot jaz, a ker je vedel, da zdravilo potrebuje, je trpel. Tega ne bom nikoli pozabila. Njegove zvite glave in še vseeno se je smejal, ko je gledal psa.

Nekoč sem iz radovednosti, in zaradi lastnega izobraževanja, poskusila le četrto njegovo tableto. Kmalu je začela delovati. Omotična sem se ulegla. V tem času sem imela štiri telefonske pogovore in nisem bila sposobna normalnega pogovora. Bog ve, kaj so si mislili ljudje na oni strani žice. Od takrat naprej še posebej spoštujem ljudi, ki jemljejo tovrstna zdravila, čeprav vem, da se da včasih tudi drugače.

A vsi skupaj nismo zdržali pritiskov, in pes je dokončno odšel iz njegovega življenja.

Slednje sem zapisala z vso iskrenostjo. Danes vem, po zaslugi Mojčinega psa, kaj lahko žival pomeni v človekovem življenju. Zlatega prinašalca je ob naši pomoči kupila sama. Za vsa cepljenja, za tečaje in brikete je skrbela sama. Pes pa je imel to smolo in mi z njim, da je bil alergičen na beljakovine in preden smo ugotovili, na katere, je dopolnil dve leti. A z ljubeznijo smo ga rešili. To hvaležno vrača nazaj, posebno še Mojci. Bili so takšni pritiski, da bi ga povsem lahko dali uspavati. Imel je težave z velikimi gnojnimi ranami po celem telesu. Tudi po celi glavi. In tudi žival je potrebovala antibiotik. Dvakrat na dan in nikakor ne na prazen želodec. Hrane pa se je otepal. Vse se je vrtelo v začaranem krogu. Na srečo smo prišli do dobre veterinarke dermatologinje, ki nam je dala pomembne smernice za njegovo nadaljnje zdravljenje in življenje.

Ko sem se danes s kužkom sprehodila, sem uživala ob pogledu na njegovo gosto dlako. Njegova živahnost je popolna. Brez ran je že skoraj tri mesece. Zdaj je na posebni dieti, a kaže, da je bolezen za nekaj časa premagana. Z Mojco sva vse pritiske premagali, posebno ona. Občudujem jo, ker je to zmogla. Psa je rešila njena ljubezen. Toda imela je mir. Živela je v takšnih pogojih, da je vse to lahko izpeljala. Tako pa je dostikrat tudi pri ljudeh. Od zdravljenja do ozdravitve (knjigo je napisala dr. Christine R. Page) je daljša pot. Odvisno, katera pota ubiramo. Potrebno je vztrajati. Izplača se, ker se vedno pokažejo rezultatih. Odločitev je na nas oziroma v nas samih. V sebi nosimo ključ za rešitve!

## Vrnitev jutranjih poljubov

“Zgodnje sobotno jutro je začinjalo s svojo drobceno svetlobo preganjati zadnje ostanke teme v moji in še vedno najini spalnici. Upanje, da se bom, tako kot vrsto let nazaj, pod odejo stisnila k njemu, je hitro splahnelo. Po navadi vstajam zgodaj, a vsaj sobotna jutra zadnjega leta bi lahko bila samo najina. Vem, da ni večjega zadovoljstva, ko začutiš, da je partnerju tvoja prisotnost ljuba. Da te imajo ljudje okrog tebe radi. Zdaj sem v obdobju, ko čutim pomanjkanje tako prvega, kot drugega. Pa tudi jutranjih poljubov že dolgo ni več.”

Da, dragi bralec, prav imaš. Citat, ki si ga ravno prebral, je dobeseden prepis uvoda v to knjigo. Z njim bi rada dokazala, kaj ljubezen in trda volja zmoreta. Upanje je tisti dan splahnelo, ne pa ugasnilo. S Tonijem sva namreč še naprej obiskovala predavanja v Ljubljani. Pater Christijan Gostečnik je moder mož. Zanj sem rekla, da je drugi dr. Gray. To pomeni, da imamo velike strokovnjake tudi doma. Na raznih področjih našega življenja. Le poiskati je potrebno te poti. Predavanja trajajo več mesecev in se nadaljujejo iz leta v leto. Vsi, ki smo jih bili deležni, vemo, da se izplača. Vsaj naša izkušnja je že nekaj časa takšna. Pri nas se namreč že nekaj časa kažejo drugačni odnosi, drugačno in predvsem lepše življenje. Ko kljub težavam znam poreči, da mi je lepo. Da sem srečna. *Vrnili so se nežni pozdravni jutranji poljubi*. Blaž lepo napreduje. Sedaj že lahko sprejme objem in objema je zmožen tudi sam. Ne gre zanemariti, da se zgodi tudi kakšen korak nazaj. Tega se pri nas zavedamo prav vsi, tudi Mojca. Zdaj sem na poti, ko srečujem čudovite ljudi, ki me sprejemajo takšno, kot sem. Od njih sem se veliko naučila in upam, da jim bom tudi jaz na nek način to povrnila. Vsem nam se je kdaj že zgodilo, da smo v življenju preveč pričakovali. Ni pa se moglo zgoditi, ker naše želje niso bile v skladu z možnostmi in tega nismo znali videti, dojeti, razumeti. Tudi sama sem razmišljala, da sem vsemogočna, da se mi nič ne more zgoditi. Toda obstaja On. Obstajajo višje sile, ki se vpletajo v naše življenje, ki nas učijo, in nam dajo vedeti, da je potem tako kot je, vse prav.

Naj se strast prelije v ljubezen, naj napuh in vzvišenost stopita v samozavest in naj neznanje razširi svoje obzorje v jasnost in modrost.

## Zaključek

Statistični podatki dokazujejo veliko obolevnost ljudi z duševnimi motnjami in boleznimi. Kažejo celo na to, da bo za tovrstno bolezen bolehal vsak tretji človek na svetu. Premajhna država smo, da bi šli lahko mirno mimo tega podatka. Zato je prav, da o tem razmišljamo in se pogovarjamo tudi svojci ljudi z duševno motnjo ter drugače obolelih otrok in sorodnikov in se povezujemo med seboj.

Združimo se v Odboru nevladnih organizacij, v Forumu svojcev Slovenije in v Forumu civilnega prebivalstva Dolenjske in Bele krajine (Šent Nm, Ozara Nm, Društvo za nenasilje Nm). Forum Dolenjske in Bele krajine smo ustanovili januarja leta 2005, kajti razmišljanje in sodelovanje civilnega prebivalstva je v tem hitrem tempu življenja nujno. Tak tempo utruja uslužbence v vladnih in nevladnih organizacijah in dogaja se, da pozabljajo na pomemben odnos do bolnika in sočloveka.

Predvsem pa se ne bojte narediti prvi korak. Pokličite. Ne ponavljajte starih napak. Dobro se vedno z dobrim vrne. Storite to zase in za vašega svojca, ki tega ne zmore. Vsi si težko vzamemo čas, včasih komaj zmoremo pot do Ljubljane. Toda zapomnite si, da kruh po vodi vedno priplava nazaj, če ga dajemo z ljubeznijo! Zato bi se rada tudi na tem mestu zahvalila vsem tistim svojcem, ki zavzeto delajo za dobrobit naših obolelih po vsej Sloveniji. Še posebno gospe Valeriji. Ko sem v enem zadnjih dni njenega življenja in boja s kruto boleznijo govorila z njo, me je, ne glede na svojo bolezen in bolečine, nagovorila: "Prosim vas, Barbara, sporočite mi, če bomo imeli naslednji torek sestanek na Forumu za naše bolnike, kajti, če ne bom mogla jaz, bo šel namesto mene moj drugi sin." Res je prišel. Njen drugi, zdravi sin. Stopil je med nas sam in v črnini. Ne bi mu bilo treba pojasniti. Prišel je sporočit, da bo namesto nje pomagal on. Da je Forum sprejel za svojega. Veseli smo bili novega člana, za katerega smo vedeli, da bo dobro delal.

Valerijina zgodba je njeno življenje. Z nami je delala predano in ni nehala skrbeti niti tedaj, ko je bila zadnji boj z življenjem in smrtjo. Še danes vidim njeno zagnanost in željo po napredku. Valerijin pogosti stavek je bil: "Da bo za naše svojce čim bolj urejeno tudi, ko nas ne bo več. Ostaja veliko problemov, ki so nerešeni in namesto nas jih ne bo rešil nihče. Zapomnite si to."

*Vsakič, ko preberem misli o štirih svečah, ki mi jih je prinesla Saša, čutim novo moč v svojem izmučenem telesu in duši. Zavedam se življenjskih vrednot in njih pomena.*

*Zares se je potrebno potruditi. Mir, vera, ljubezen in upanje. Naredimo nekaj od tega tudi za tiste, ki si sami ne morejo pomagati! Naj upanje v našem notranjem otroku nikoli ne ugasne!*

Barbara

## **Z veseljem in ljubeznijo**

To knjigo sem pisala z veseljem in ljubeznijo, kar me je na nek način osvobajalo in je zame v resnici bilo zdravljenje, rehabilitacija. Zato jo poklanjam vsem tistim, ki od mene to pričakujejo in mi zaupajo. Zlasti pa jo namenjam mojim najbližjim.

Naša pota in mišljenja so včasih tako različna, da na tej poti pogosto ostanemo tudi sami. Zato napisano namenjam tudi tistim, ki si bodo s kakšno iskrico v tej knjigi lahko prižgali zeleno lučko v temni plati njihovega življenja.

Še enkrat: hvala vsem, ki ste mi kakorkoli pomagali in pripomogli k izidu te knjige.

**Danica Jazbec**



**Ponatis knjige so omogočili:**

Topos Dolenjske Toplice d.o.o. -  
tržne analize, oblikovanje, projekt, svetovanje  
Mestna občina Novo mesto  
Splošna bolnišnica Novo mesto  
Kolpa d.d. Metlika  
Osnovna šola Brusnice  
Gozdno gospodarstvo Novo mesto  
Novak, izpušni sistemi Marija Novak s.p.  
Občina Mengeš  
Butik Bolero Greta Kumar s.p.  
Mirena d.o.o. Salon italijanskega pohištva  
Kolesar, Tekavčič Robi s.p. Gostilna in prenočišča Dolenje Sušice  
Zveza sindikatov Novo mesto  
Nina Jazbec  
Trgovina in bar Menišan- Tuš market, Cvetka Rus s.p.  
Avguštin Ciril, s.p., mizarstvo  
Dular Januš s.p.  
Adria mobil d.o.o. Nm  
Občina Črnomelj  
ACER Novo mesto  
ZNASS, Zvone Novina s.p., Ratež  
KS Brusnice  
CLAUDIA Frizerski salon, Klaudija Božič s.p., Novo mesto  
Quiz d.o.o., Rozmanova 34, Novo mesto

### **Izid knjige so omogočili:**

Mestna občina Novo mesto  
Občina Dolenjske Toplice  
Občina Šentjernej  
Občina Škocjan  
ŠENT - slovensko združenje za duševno zdravje Ljubljana  
Forum svojcev Slovenije  
OZARA Slovenija-  
nacionalno združenje za kakovost življenja  
Multigraf d.o.o.  
Tomograf Novo mesto  
NAČRTI d.o.o., Ljubljana  
Tiskarstvo OPARA, Novo mesto  
Zavod za zdravstveno varstvo, Novo mesto  
Krašcommerce d.o.o., Novo mesto  
RIC Novo mesto  
Krka, d.d.  
Pohištvo in notranja oprema Branko Vidmar, s.p., Straža  
Župnišče Dolenjske Toplice  
Intertour Straža d.o.o.  
Trgovina in bar Menišan, Cvetka Rus s.p., Meniška vas  
Kramarič Branko s.p., šoferska restavracija NON STOP Otočec  
Minka Pečaver, Podhosta  
Jožica Berkopec, Koroška vas  
Veldos d.o.o., Novo mesto  
Franc Krnc-gradbeništvo in mehanizacija s.p., Podhosta  
SKB banka, poslovna enota Novo mesto  
Jani Šporar mizarstvo s.p., Obrh  
Ruža Ivanko s.p., Dolenjske Toplice  
Gostišče in prenočišče Rado Štravs s.p., Podturn  
Rajko Jović  
Gozdno gospodarstvo Novo mesto  
Srečko Vrbac, Diagcenter d.o.o., Ljubljana-Črnuče  
Kolesar, Tekavčič Robi, s.p., Gostilna in prenočišča Dolnje Sušice  
pri Dol. Toplicah  
Gramat Gril d.o.o., Nakupovalni center Dol. Toplice  
Gostišče Račka,  
Mizarstvo in gostinstvo Mihael Luzar s.p., Dol. Toplice