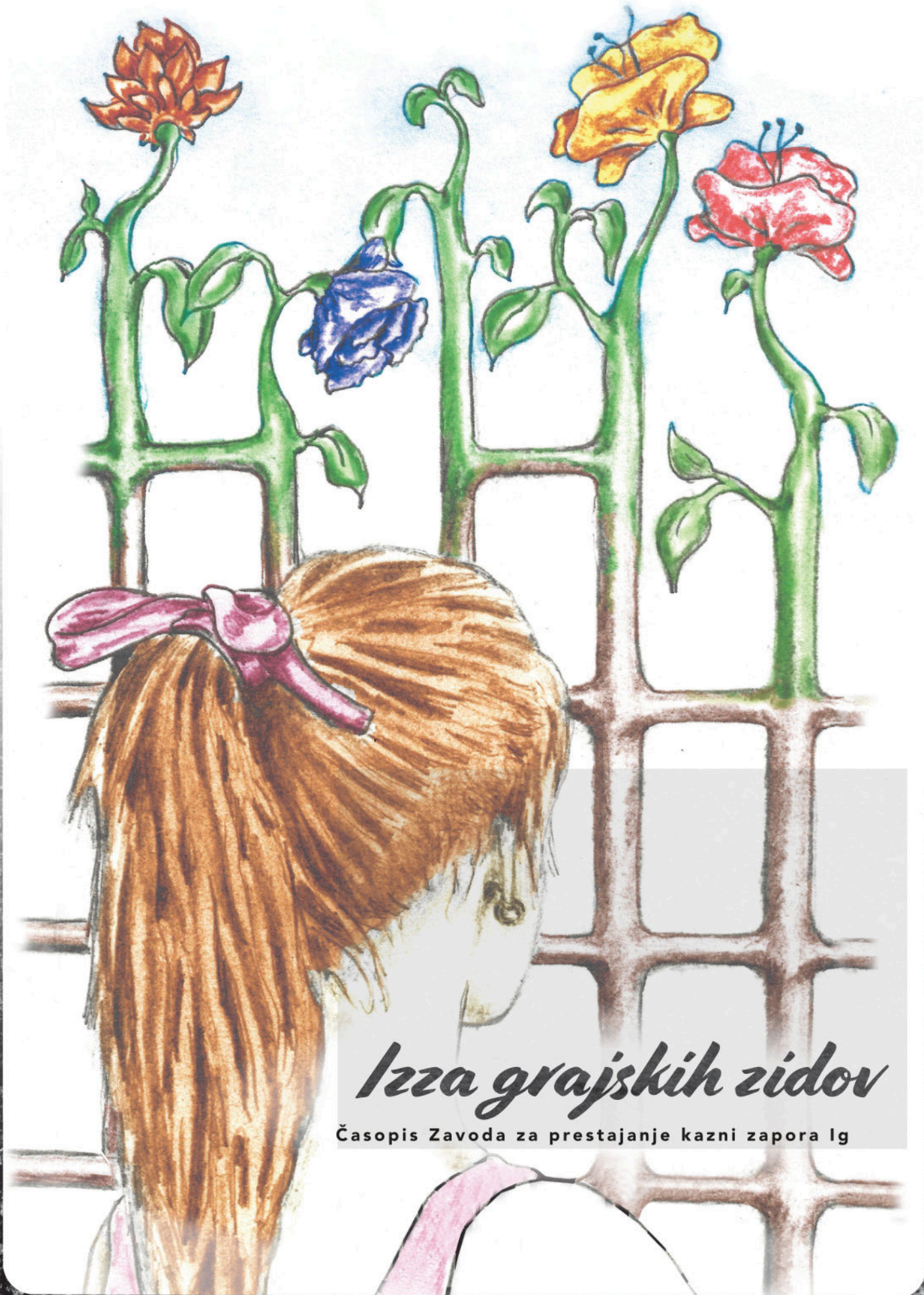




Izza grajskih zidov

Časopis Zavoda za prestajanje kazni zapora Ig

To glasilo bo izšlo ravno v predprazničnem času, v obdobju, ko drug drugemu izrekamo voščila, želje in spodbude. »Srečno in zdravo, leto ki prihaja!« je običajna želja v tem času. Prepričana sem, da mislimo resno in strinjam se, da je smiselno drug drugemu želeči predvsem zdravje in srečo. Zdravje, ker se marsikdo zaveda, kako dragoceno darilo je to, šele ko se sooča s kakšnimi zdravstvenimi problemi, ko se obiski pri zdravniku pričnejo vrstiti. Tudi sreča je tisto, kar nas oblikuje. Marketing nam ponuja veliko nasmejanih, srečnih ljudi. Kdo si ne želi, da bi bil srečen? Sama pri sebi se sicer večkrat vprašam, kaj res pomeni biti srečen? Je to zgolj nasmejani obraz in občutek, da ima človek vsega dovolj? Če

me kdo vpraša, če sem srečna, mu velikokrat odgovorim, da sem zadovoljna, da se počutim urednično. Sreča je pravzaprav zavita v trenutek, ko vstopiš v čevlje danega trenutka in delaš korake, da ga čim bolj napolniš. Znotraj teh vrstic bi se tudi rada zahvalila vsem, ki so v tem iztekačem letu napolnili življenje na naslovu Na grad 25. V tem letu so bili trenutki, ki so bili boleči, večkrat tudi težko razumljivi, so pa bili tudi trenutki, ki so bili prijetni in spodbudni. Želim si, da vsakdo tako med zaprtimi kot tudi med zaposlenimi v spominskem albumu letošnjega leta ohrani čim več slednjih.

Z vami želim podeliti verze pesem našega pesnika Toneta Pavčka z naslovom Preproste besede, ki pravi: »Treba je mnogo preprostih besed kakor: kruh, ljubezen,

dobrota, da ne bi slepi v temi na križpotjih zašli s pravega pota. Treba je mnogo tišine, tišine zunaj in znotraj nas, da bi slišali glas, tihi, plahi, pojemajoči glas golobov, mravelj, ljudi, src in njih bolečine sredi krivic in vojskà, sredi vsega tega, kar ni kruh, ljubezen in ne dobrota. Tišine. Tišine. Srca samó naj merijo čas, kažejo pota.«

Naj bo novo leto napolnjeno s čim več spodbudnimi besedami, besedami, ki gradijo in ne rušijo odnose, naj bo tudi trenutek tišine premislek in priložnost za prisluh notranjosti. Vsega dobrega in najlepšega želim vsakemu, ki bo vstopal in izstopal Na grad 25.

Tadeja Glavica, direktorica Zavoda za prestajanje kazni zapora Ig





Po nekaj letih premora je pred nami ponovno časopis Zavoda za prestajanje kazni zapora Ig, na kar smo vsi, ki smo sodelovali pri pripravi in izdaji časopisa, zelo ponosni. Letos smo se izdaje glasila lotili nekoliko drugače kot prejšnja leta. Urednikovanj je iz rok ZPKZ Ig prevzel Inštitut Stopinje, ki s svojimi programi za priprte in obsojene osebe že vrsto let sodeluje z zavodom. Letošnji izid časopisa je del programa Stopinje v svobodo, ki ga Inštitut Stopinje izvaja v sodelovanju z Ministrstvom za zdravje in Mestno občino Ljubljana. Zahvaljujem se tudi sponzorjem, ki so podprli izid časopisa.

Časopis je nastajal več kot pol leta. Posebej smo ponosni, da so ne le vsi članki, skice, risbe, pesmi, razmišljanja, avtorsko delo oseb, ki na Igu prestajajo kazen zapora, ampak da so obsojenke aktivno sodelovale tudi pri nastajanju časopisa: zbiranju člankov, motiviranju za pisanje, urednikovanju, pretipkavanju, lektoriranju itd.

Čutila se je velika vnema in zavzetost, ki je ob podpori zaposlenih in vodstva zavoda obrodila sad, ki ga držite v rokah: časopis Izza grajskih zidov.

Ljudje imamo sposobnost, da na vsako situacijo v življenju pogledamo iz tega ali onega zornega kota. Pogosto okoliščin življenja ne moremo spremeniti, lahko pa spremenimo svoje stališče, svoj odnos do danosti in realnosti življenja. K temu lahko v veliki meri pripomore tudi udejstvovanje na področju kulturnega ustvarjanja: pisanje, branje, petje, slikanje, dobro pripovedovanje, ročno ustvarjanje ... Ko pogledamo v zgodovino, vidimo, da so ljudje vsa težka obdobja in preizkušnje tako v osebni kakor v življenju skupnosti vedno odslikavali tudi v umetniškem ustvarjanju. Ko se uspemo kljub težkim življenjskim okoliščinam predati doživljanju lepega, odkrivamo v sebi neslutene prostore notranje svobode.

Ustvarjalnost v težkih trenutkih tako po eni strani priča o prebujenosti in svobodi človekovega duha ter hkrati razodeva človekovo sposobnost samopreseganja, avtotranscendence, kot pravi Viktor Frankl, utemeljitelj logoterapije. Zato ima tako ustvarjanje ne le estetsko, ampak tudi terapevtsko vrednost.

Naj bo zgornji odstavek zahvala avtoricam, ki v letošnjem časopisu objavljajo svoja literarna in likovna dela, ter spodbuda vsem k nadaljnemu netenju iskre ustvarjalnosti in zaziranja v lepoto življenja.

Vsem, ki smo soustvarili ta časopis, vam želim prijetno branje in veliko lepega v dneh, ki prihajajo.

Mag. Martin Lisec, logoterapevt



Agne Š.

Only we can decide which road we should go.
No matter where you are, place, people can't change you.
If they want to, you have to be brave to be yourself.
Be the best version of yourself, no matter what.
We have only one life, so enjoy it.
Share your light with others, not negative.

Smile.
Love.
Cry.
Laugh.
Be yourself.
Be original.
Be strong.
I believe in you!

Prevod iz angleščine –
Maja S.

Samo vi se lahko odločite za pot, po kateri boste hodili.
Ne glede na to, kje se nahajate, vas ljudje ne morejo spremeniti.
Če vas poskušajo spremeniti, moraš biti pogumen, da ostaneš to, kar si.
Ne glede na karkoli, bodi najboljša verzija sebe.
Imate samo eno življenje, zato uživajte v njem.
Ne bodite negativni, delite svojo svetlobo z vsemi.

Smejte se.
Ljubite.
Jokajte.
Bodite glasni.
Bodite svoji.
Bodite originalni.
Bodite močni.

Jaz verjamem v vas!



Aida Č.

POGLED NA SLOBODU IZ ZATVORA

Dana 29. 03. 2023 godine sam nesujesno ali potpuno sujesno zauvijek promijenila svoj život ... Ujutro u 7:12 h sam nedaleko od granice »Hrvatska – Slovenija« uhapšena imajući u avtu 8 imigrante Turskog porijekla ... Priča koju ću vam ispričati je zauvijek promijenila moj život. Kao što sam već rekla uhapsili su me rano ujutro, sljedećih par sati bilo je pravi pakao jer nisam mogla zamisliti, da me čeka zatvor. Policajci su me odveli u policijsku postaju, zatvorili se u sobu gdje su mi objasnili, da ću biti 48 h čekajući suđenje. U tom trenu sam se još nadala, da postoji šansa, da ću dobiti neku novčanu kaznu, izgon i ići kući.

Moje nade su pale u vodu, kad mi je sutkinja odredila jednomjesečni pritvor. 3 mjeseca poslije, danas 4. 7. 2023 godine još uvijek sam u pritvoru i ono što sada već znam jeste, da ću dobiti 1 godinu i 4 mjeseca zatvora.

Uz dobro vladanje izaći ću malo ranije sve što bih mogla reći da sem naučila iz ovog, jeste da zatvor neće nikoga »popraviti« možda nijetke ali toliko loših ljudi na jednom mjestu nećete naći vani. Moj pogled na moj život sada kad

sam ovdje je sljedeći:

Nijedan brzo zarađen novac nije vrijedan rizika, da završite u zatvoru.

Ako ste zdravi i slobodni, imate sve. Nijedan iznos novčani nije vrijedan rizika, da budete uhvaćeni i karijeru završite u zatvoru.

Reći ću to ovako, zatvor nije najgore što može da vam se desi ali ljudi u njemu jesu, da mogu da se vratim par mjeseci unazad vjerujte, PRESPAVALA BIH 29. 3. 2023.



Anonimni vir

PAZNICAM V SLOVO

Tole je v slovo od mojih dobrih paznic. Paznice, te besede so samo za vas, da boste vedele, da boste v naših srcih prebivale, dokler se spet ne vidimo, do takrat pa na svidenje paznice drage.

Prevod Maja S.

POGLED NA SVOBODO IZ ZAPORA

Dne 29. 3. 2023 sem nepremišljeno ali popolnoma premišljeno za vedno spremenila svoje življenje ... Tega dne, ob 7:12 sem bila aretirana nedaleč od slovensko – hrvaške meje. V avtu sem imela osem imigrantov iz Turčije. Zgodba, ki vam jo bom povedala, je za vedno spremenila moje življenje.

Kot sem že napisala, so me tega dne zgodaj zjutraj aretirali, in naslednjih par ur sem doživljala pravi pekel, ker si nisem mogla niti zamisliti, da me čaka zapor. Policija me je odpeljala na policijsko postajo v sobo za pridržanje. Pojasnili so mi, da bom tu ostala 48 ur, potem pa bom privedena k preiskovalnemu sodniku.

V tem trenutku sem imela še upanje, da obstaja možnost, da bom morda dobila denarno kazen ali izgon in da bom šla lahko domov. Moje upanje je padlo v vodo, ko mi je preiskovalna sodnica odredila enomesečni pripor in 3 mesece pozneje, 4. 7. 2023, sem še vedno v priporu. Edino kar vem v tem trenutku je, da bom dobila kazen zapora – eno leto in štiri mesece. Ob zglednem obnašanju bom od tu odšla malo prej.

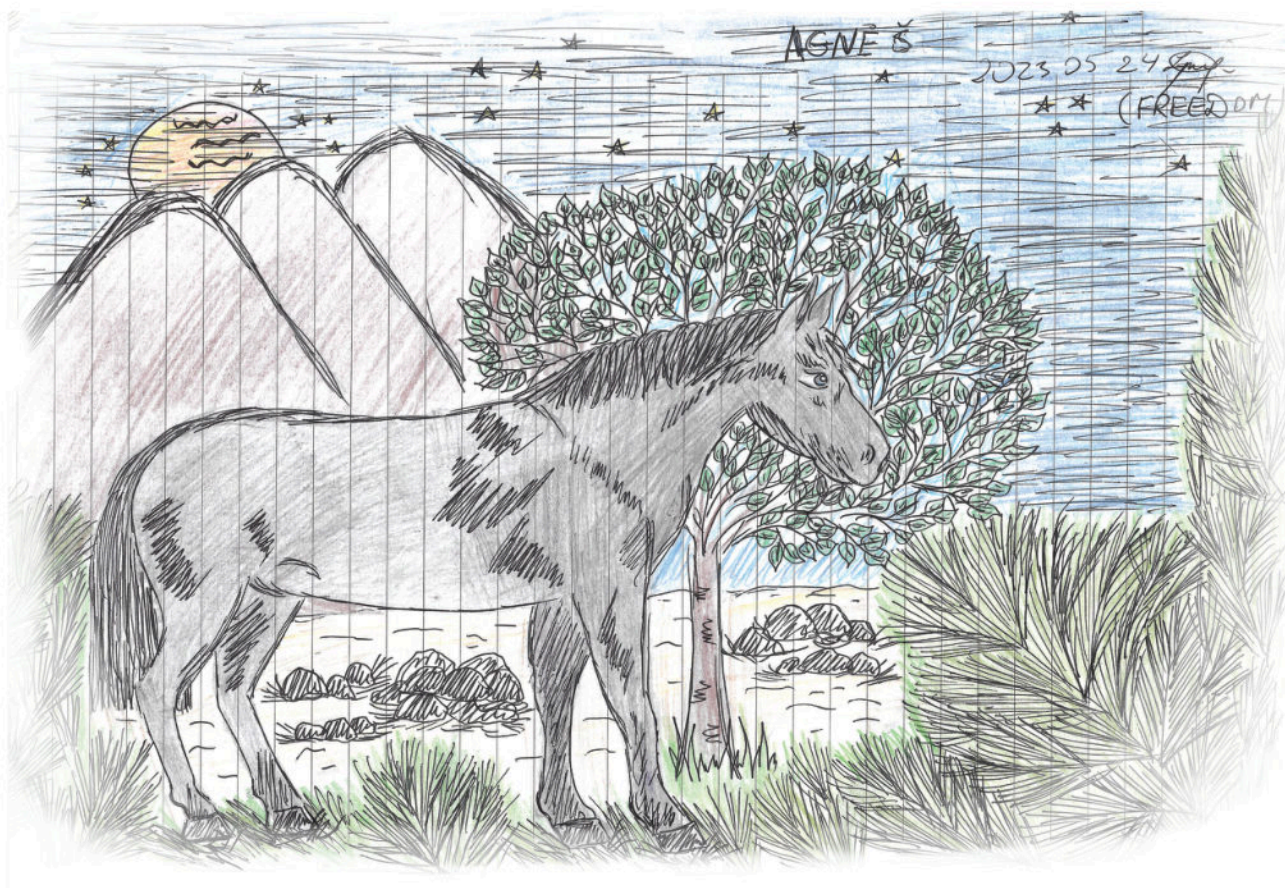
Vse, kar lahko rečem je, da sem se iz vsega tega naučila, da zapor nikogar ne »popravi«, morda res redke, a nikjer ne boste našli toliko slabih ljudi na enem mestu kot tukaj.

Moj pogled na moje življenje zdaj, ko sem tukaj, je naslednji, da noben hitro zaslužen denar ni vreden rizika, da končaš v zaporu. Če ste zdravi in svobodni, imate vse v življenju.

Še tako velik znesek denarja ni vreden rizika, da vas aretirajo in da končate v zaporu.

Lahko vam povem, da kljub vsemu zapor ni najhujše, kar se vam lahko zgodi, najhujši so ljudje, ki bivajo v njem.

Če bi lahko obrnila čas nazaj, verjemite, da bi prespala 29. 3. 2023.



SOLZE

... pod oknom je majhna kotanja
v hribu. Trata se sedaj po zimi še
vidi, poleti je nevidna pod vejami
dreves in grmovnic.

Previsoko je, da bi videla, kdo še
prihaja po koščke kruha in sadja,
ki ga občasno spustim tudi na tla.
Pod okno in malce na stran.

Težje mi je uspeti tako. A ptice,
te vedo, ostale živali tudi, ker so
prišle pogledat in povedat, so v
višini okna in radovedno spremlja-
jo vsak moj gib.

Te ptice, te krasne ptice, so
plašne pred človekom. Tudi vrane
in šoje, se raje skrivajo pod iglica-
mi in v bršljanu, gostem zatiralcu
sonca, a daje zavetje vsem.
Živ ekosistem.
Lepo je.

Teh nekaj trenutkov mojega
strmenja, sesutih misli in žalosti
obenem.
Solze tečejo mi po licih, a jih z
belim robčkom obrišem, popita
tkanina ostane mi v rokah.
Moje solze. Večne kot sen, sama
si rečem.
Ne bom si ... Ne bom se ...
Upam samo, da nikoli ne neham
upati.

Duška G.

OKOVANI

... Prišla je tiho v moj svet. Postaja
je glas tistim najbolj pomembnim.
Dajala sem ga, s hvalo v srce, glo-
boko, tiho, a vedno pripravljeno
na prepir v to njenem obstoju.
A sedaj ne vem? Sem imela prav
in ali še imam prav? Zate in zase?
Še vedno ja, a vedno tišje.
Zgodilo se je, kar se ne bi smelo.
Veliko teh vprašanj in dvomov o
obstoju ... Zgodilo se je.
Prišle so sence namesto sonca.
Dolgo so misli se krepile, v tesni
stiski, z okovi prekletstva nad
nami, ki v tišini trpimo. Ko glas od
sebe damo, smo zatirani, kakor
otroci pretepeni, izgubljeni.

Zato tiho, še tišje sedaj odmevam.
Rada te imam. Tvojo svetlobo,
ki jo sedaj Ti ljubiš. A rada imam
spet. Rada imam tudi še sebe in
tiste odmeve v meni, ki jih daješ.
In sence. Imam jih še raje, ker
sedaj vem, da brez njih ne bi bilo
svetlobe. Bil bi nič!
Bili bi le okovani.
Okovani v upanje ...



Maja S.

»ŽIVLJENJU ODPIRAM NOVA VRATA«

(afirmacija za lep dan)

Stojite na hodniku svojega življenja in za vami se je zaprlo veliko vrat.

Vrata ponazarjajo stvari, ki jih ne delate več, ki jih ne govorite več, izkušnje, ki jih nimate več. Pred vami je neskončen hodnik z vrati, vsaka pa se odpirajo novi izkušnji. Ko se premikate naprej, si predstavljajte, da odpirate vrata čudovitim izkušnjam, ki bi jih radi imeli. Predstavljajte si, da odpirate vrata veselju, miru, celjenju, blaginji in ljubezni.

Vrata razumevanju, sočutju in odpuščanju.

Vrata svobodi.

Vrata dobremu občutku o lastni vrednosti in pozitivni samopodobi.

Vrata ljubezni do sebe.

Vse to je pred vami.

Katera vrata boste najprej odprli?

Zaupajte, da vas notranji vodnik vodi tako, da je za vas najbolje, in da nenehno duhovno rastete.

Ne glede na to, katera vrata se odprejo ali katera zapirajo, se vedno lahko počutite varno.



Maja S.

MODRINA

Modrina neba, modrina morja ...
Kolikokrat se ozrem v nebo in si
želim sedeti na letalu, ki preletava
grad ... Kolikokrat sanjam modri-
no morja, v katerega se želim
potopiti ...

Obožujem morje, letala, potovan-
ja. Vsega tega je bilo v mojem
življenju na pretek. Sedaj pa se
mi zdi, da mi že deset let življenje
stoji na mestu. Moj pogled ujame
le še zarjavele gitre, stare omare,
oluščen omet, otopele obraze,
mrke poglede, ...

Ne spadam v ta svet, vendar
vem, da moram preživeti, ker me
zunaj zopet čaka modrina neba in
modrina morja.

Vendar, kljub vsemu vidim tudi
tukaj lepoto življenja-vidim gozd,
ki obdaja grad, slišim ptičje petje,
opazim tudi kakšen nasmeh, slišim
tudi kakšno prijazno besedo, ...

Tudi v tej sivini včasih vidim
modrino in to mi pomaga prežive-
ti to agonijo v mojem življenju.

Nikoli ne obupajte!

Pomislite, da je vsaka slaba stvar
za nekaj dobra, da za vsakim
dežjem posije sonce in da iz vsake
bitke pridemo močnejši. Kar te ne
ubije, te naredi močnejšega!

Zato sama sebi dajem pozitivizem
vsak ljubi božji dan, odkar sem
tu, zato nikoli ne želim škodovati
nikomur, pa če je še tako grd in
nekorekten do mene in vsak dan
pomislim na kaj lepega, kar mi da
moč in energijo, da zdržim še en
dan in da si zvečer preden v mislih
zaželim hčerki lahko noč, rečem:
»Maja, še en dan je za tabo«.

Maja S.

PRVI DAN VSTOPA V NESVOBODO

V Zavod sem vstopila 7. novembra 2013, se pravi tu sem že malo več kot polnih deset let.

Mislim, da mi je to poleg dni, ko mi je umrl mož, oče in dva meseca pred vstopom v Zavod tudi mami, najhujši dan v mojem življenju.

Težko je opisati te občutke, ker sem bila v tistem trenutku tako neskončno šokirana, žalostna, razočarana sama nad sabo, izgubljena, zmedena, ponižana in tako neskončno »prazna«. Sploh ne vem, kako sem preživela te trenutke privedbe, sprejema, vse mi je kot v nekem »filmu«, čeprav sem si v teh desetih letih bivanja tu, zavrtela film v glavi tolikokrat nazaj, da se skoraj po minutah spomnim dogodkov celega tistega 7. novembra 2013.

Ja, bila sem pripeljana, ker sem dala prošnji za odlog prestajanja kazni, ker sem vodila podjetje, ki se je ukvarjalo z nepremičninskimi posli, s transportno logistiko in z butikom za izposojlo poročnih oblek v centru Ljubljane.

Na prvo prošnjo za odlog sem dobila pozitiven odgovor, v treh dneh, na drugo prošnjo pa odgovora ni bilo. Na vprašanje svojemu odvetniku, znanemu

ljubljskemu odvetniku, kaj naj naredim, mi je dejal, da je treba počakati nov poziv na prestajanje kazni, prej mi ni treba iti na prestajanje.

No, poziva ni in ni bilo. Bila sem nervozna, ker nisem poznala, kako ta pravosodni sistem deluje, bala sem se, da me ne ustavi policija in me odpelje v zapor (kar se je na koncu tudi res zgodilo).

Vsak dan sem dopoldne iz podjetja skočila do doma preveriti pošto, odvetnika sem klicala vsak teden, skrbelo me je in strah me je bilo.

Vsakič, ko sem na cesti zagledala policijo, sem se vsa preznajila. Živela sem v strašni agoniji, in to sedem mesecev, ko poziva ni in ni bilo. Vmes mi je umrla še mami, katera ni vedela, da moram v zapor, in hvaležna sem tisti Sili tam gori, da je bilo temu tako. In prišel je 7. november 2013, za november kar sončen dan. Vsakodnevni jutranji ritual – kava s hčerko ob prijetni glasbi, urejanje in umivanje zob, zajtrk in na delo v svoje podjetje. Za ta

dan sem imela planirano službeno pot v Maribor, na sestanek z velikim podjetjem, za katero smo opravljali transportno špedicijo. Sestanek smo imeli ob poslovnem kosilu ob 14:30 uri. Preden sem krenila na pot, sem šla na bencinski servis natočit gorivo in ko sem krenila z bencinskega servisa, sem v vzratnem ogledalu opazila črno Škodo, ki je krenila za mano.

Ker sem živela v agoniji in bila pozorna na vse, se mi je takoj zazdelo čudno, ker je Škoda vozila za mano, kljub temu, da sem po Dunajski cesti menjavala pasove. In ko sem namenoma zavila desno v neko ulico, je zavila tudi Škoda. V tistem hipu sem vedela, da je to »konec svobode«. K meni sta pristopila dva kriminalista, me legitimirala in mi na koncu rekla: »Gospa, žal nama je, a imava nalog za privedbo na prestajanje zaporne kazni na lg«.

V tistem trenutku se mi je sesul svet, umrlo je zadnje upanje, začele so se mi tresti noge, roke, in odpovedal mi je glas.

Poklicala sem hčerko, da je prišla po moj avto in da mi je šla domov spakirat stvari. Nikoli v življenju ne bom pozabila njenega žalostnega pogleda in solznih oči. Čez telo

mi je šel cunami.

Počutila sem se tako presneto krivo, tako prekleto razočarano sama nad sabo.

Ne, da sem to naredila sebi, ampak, da sem to naredila svoji hčerki, ki je pri dvajsetih letih zunaj ostala popolnoma sama. Imela je samo mene, in bili sva (in sva še) zelo navezani ena na drugo, saj je moj mož, njen oči, umrl pri njenih treh letih in pol, moj oče – njen dedek pri njenih desetih letih, in moja mami – njena babi dva meseca nazaj. Po očkovi strani sta babi in dedi tudi že umrla še preden se je ona rodila. Občutek, da moraš v zapor in zunaj puščaš svojega dvajsetletnega otroka popolnoma samega, je ubijalski. Sploh ne vem, kako sem vse to zdržala.

Vedela sem vsaj to, da je za hčerko drugače v vsakem smislu dobro poskrbljeno, da bo imela vse, a ne bo imela zraven sebe mame, za pogovor, za nasvet, za uteho, za pomoč, za skupna potovanja, dopuste.

Kljub temu, da je bila pri dvajsetih že zelo zrela, pametna in samostojna oseba, sem vedela, da bo sprva zgubljena, ker bo ostala sama. V današnjem času hitro lahko zaideš v slabo druž-

bo. Tega sem se bala nekje v podzavesti, čeprav sem vedela, da ji lahko zaupam, ker sem jo vzgajala pravilno in jo vzgojila v res zelo dobro osebo, na katero sem izredno ponosna. V tistih res težkih trenutkih so ji ob strani stali njeni dobri prijatelji, s katerimi prijateljuje že dolga leta in so pravi prijatelji še dandanes, nekateri še iz osnovne šole.

Ko mi je hčerka prinesla stvari, so me odpeljali proti Igu. Hči je vozila s svojim avtom za nami. Ko smo krenili z glavne ceste v hrib proti »gradu«, čez gozd, sem se spraševala, kam me to peljejo, nekam na konec sveta.

Ob prihodu na zavodsko dvorišče sva se morali s hčerko posloviti. Močno sva se objeli, jokali kot mala otroka in se težko odtrgali ena od druge. Gledala je za mano, ko so se vrata Zavoda odprla in sem s policistoma vstopila v zapor.

Še zdaj, ko to pišem po desetih letih, čutim stiskanje v srcu in solze polzijo same od sebe.

Moram pohvaliti policista, ki sta me pripeljala. Oba sta bila zelo

prijazna in korektna in ko sta me »predala« pravosodnim policistom, mi je eden od njiju rekel: »Tako v redu ste mi in tako žal mi je, da sem vas moral pripeljati na to mesto. Zdržite nekako in se mi oglasite, ko pridete ven, vas povabim na kavo.«

In res sem se mu javila, ko sem začela s prostimi izhodi, sem ga peljala na kavo v znak zahvale, ker je bil kljub vsemu do mene »človek«, prijazen in korekten, v mojih najtežjih trenutkih, ko sem zgubljala tla pod nogami.

Ko sem opravila sprejem na kapiji, sta me pravosodni policisti ga. Kristina in ga. Mira odpeljali na zaprti oddelek, v prehodno sobo. Prečkale smo dvorišče, ki je bilo polno obsojenk, ki so čakale trgovino.

Seveda so se me, novo sprejeto, ogledovale od nog do glave, gotovo potem komentirale, a spomnim se, kako neugodno sem se počutila.

Otovorili so me s posteljnino, vzglavnikom in dekama, in ker sem imela visoke pete, sem pod težo bremen in tresočih nog zaradi strahu kam sem prišla, padla na vrhu stopnic.

Najprej osebni pregled, ki je ponižujoč do konca in nato odhod v sobo. Na hodniku sem srečala obsojenko, ki so jo tisti dan pripeljali s psihiatrije, nisem mogla verjeti, kam sem »sama sebe pripeljala«.

Še en šok pa, ko so se odprla vrata sobe, prehodne sobe, kjer so bile nameščene novodošle obsojenke. Zanimiva soba s šestimi železnimi posteljami, z omarami, starimi sto let, vsaka različne barve, z zataknjeno plastično žlico pri ključavnici, da so vrata držala skupaj. Na sredini sobe dve stari pisalni mizi, na katerih je stal star televizor in star kuhalnik. Po posteljah razprostrte zakrpane in z luknjami prežgane stare deke, ki so izgledale kot da so šle čez soško fronto in so bile težke kot za konje pokrivat.

Doživela sem popolni šok. Še zjutraj sem se zbudila v svoji postelji, pokrita s puhasto odejo, v svojem velikem modernem sta-

novanju s pogledom na Ljubljanski grad, čudovit park čez cesto, sedaj pa sem prišla v temačno, staro sobo kot da sem stopila v čas sto let nazaj. Vprašala sem se: »Maja, kako boš to preživela? Kaj ti je bilo tega treba!?« Svet se mi je v enem samem popoldnevu obrnil na glavo in dobil popolnoma novo dimenzijo.

V tistem trenutku nisem vedela, kako bom vse to zmogla procesirati in preživeti, čeprav sem vedela, da sem močna oseba, in tega mnenja so bili vsi, ki so me poznali.

Toda odvzem svobode in prihod v ta »abstraktni« svet, je čisto poseben občutek, čisto nekaj drugega. Vedela sem, da ne bo lahko, v bistvu se mi je v tistem trenutku zazdelo, da bo nemogoče vse to zdržat.

V sobi so bile štiri obsojenke, ki so me prijazno sprejele, mi ponudile kavo in mi pokazale in povedale, kje je kaj. Odpeljale so me v trgovino kupit kartice za telefon in kavo.

Na dvorišču sem srečala tudi svojo sosedo Natašo, ki je bila veleposlanica in je povzročila nesrečo s hudimi telesnimi poškodbami. Razveselili sva se ena druge, pa

čeprav v zaporu. Žal je lanskega decembra zgubila bitko s težko boleznijo.

Zvečer sem poklicala hčerko in svojega partnerja. Oba sta mi dala nek optimizem in neko pozitivno naravnost in mi rekla, da mi bosta v vsakem trenutku stala ob strani in da bomo skupaj zmagali. In res, še danes in vse do danes je tako. Glede na to, da je bil moj partner javna oseba, ki so mu v tistem času tudi naprtili kazensko zadevo zlorabe položaja, a je bil po sedmih letih dokazovanja s pritožbami in sodnimi izvedenci v celoti oproščen in je to svojo bitko opisal v knjigi »Napetost med videzom in resnico«, me ni nikoli obiskal v zaporu, ker so ga takrat spremljali novinarji na vsakem koraku. To sva se skupaj odločila, sva se pa vsak dan dvakrat slišala. In se »ohranila« vse do danes.

Moja draga hči, s katero sva se slišali večkrat vsak dan, je prihajala na obisk vsak vikend (peturcev takrat še ni bilo) in tako sva dočakali 7. 10. 2014, ko sem odšla na prvi 53-urni prosti izhod. In to je bil po skoraj letu dni najlepši dan. Od takrat naprej že v nedeljo zvečer čakam petek, da grem domov in za 53 ur pozabim na zapor in ljudi v njem.

Čez vikende hodim na sprehode z najinima kužkoma, ameriško staffordko in čivavo, hodim na morje, kjer imava stanovanje, hodim v Bohinj, grem kolesarit, skratka vikende preživljam lepo in sproščeno v krogu najbližjih ljudi, ki jih imam rada ... neizmerno rada.



Maja S.

MOJIH DESET LET V ZAPORU

Na prestajanje kazni sem prišla 7. novembra 2013 ob 15:10. Zame je bil to eden najhujših dni v življenju, in še zdaj se velikokrat vprašam, kako sem sploh prežive-la tisti črni dan, ki se je sicer začel zelo lepo.

Od tega dne je minilo že deset let in jaz sem še vedno tu! Zadnjih devet let sem ostala na istem mestu, na isti postelji, v isti sobi, na istem nadstropju. Vse ženske tu napredujejo, nekatere presenetljivo hitro, jaz pa STOJIM NA ISTEM MESTU.

V desetih letih so v sobo, kjer bivar, doselili 306 novih žensk, kar pomeni stalna nova prilagajanja novim osebam, in to prilagajanje človeka, ki je tu že deset let in ki je z najmilejšim izrazom že zelo izčrpan in utrujen, izčrpa do konca. Nadstropje, na katerem bivar, že devet let, se je v celoti zamenjalo že najmanj desetkrat. Jaz pa sem še vedno tu, kot da sem največji razbojnik, kot da delam same izgrede, kot da sem najbolj glasna, moteča, nespoštljiva, nesramna, konfliktna, nedelavna, prepirljiva, škodljiva, ... A nič od tega nisem!

Vsa leta sem spoštljiva tako do obsojenk kot tudi do zaposlenih, ne izsiljujem, ne vpijem po kafetarni, hodnikih, ne prepiram se, do nikogar nisem nesramna, vedno pomagam, kadar me prosijo in kadar lahko, nikogar ne ponižujem, nisem ne moteča, ne prepirljiva, ne hodim soobsojenk tožariti, pa o njih veliko vem, ne manipuliram, ne pletem in ne igram umazanih iger, absolutno nisem škodljiva; delam vseh deset let – od tega sedem let v kuhinji, zadnja tri leta v knjižnici, pa v devetih letih in pol od kar imam polodprti režim, ne dosežem nobenega napredovanja. Imam proste izhode, ki pa jih ima tudi vsak večkratni povratnik ali UK, ki so po nekaj dneh ali najkasneje 14 dneh preseljeni na polodprti režim, dobijo peturne obiske zunaj zapora in proste izhode. Mislim, da deset let bivanja v zaporu izčrpa še ne vem kako močnega moškega, ne pa ene ženske. Toda Zavodu to ni pomembno. Zanje sem za ugodnosti pozabljen član, se me pa še kako radi spomnijo, ko me je tre-

ba opozoriti ali kaznovati za stvari, ki jih ostale obsojenke vsakodnevno prosto izvajajo, brez najmanjših opozoril, kaj šele kazni.

V eni stvari mi zavod ne stopi koraka naprej in mi poskuša po desetih letih vsaj malo, malo olajšati prestajanje. Prav nasprotno! Velikokrat se vprašam, komu tu sem tak trn v peti.

Če ne bi bila tako močna oseba kot sem, in če ne bi ogromno sama delala na sebi, sama skrbela za svoje duševno in fizično zdravje in če ne bi imela zunaj urejenega življenja in podpore svoje družine, bi sigurno končala »na gitrah«, tako kot sta v zadnjih desetih letih že storili dve obsojenki.

Prvi dan, ko sem vstopila v zapor kot dostojanstvena in urejena ženska, sem sklenila, da bom zadnji dan tudi takšna odšla domov. Ne škodujem ljudem, se ne maščujem, ne manipuliram, ne igram umazanih iger in ne pripadam nobeni skupini, zato sem večni odpadnik, a nič zato, ostala sem zvesta sama sebi vseh deset let, in zadržala svoj karakter. In na to sem lahko ponosna.

Če sprejmeš svojo napako v življenju, se z njo soočiš, se v sebi globoko pokesaš in se odločiš ta »zapor« preživeti v smislu, da delaš na sebi in da ostaneš psihično in fizično zdrav, se trudiš za

sobivanje, ki absolutno ni lahko, saj skupaj živi tudi po sedem, osem oseb, ki prihajamo v zapor iz različnih družbenih okolij, z različnimi kaznivimi dejanji, z različnimi življenjskimi izkušnjami, z različnimi razmišljanji, z različnimi navadami, se moraš zelo truditi, in takšno sobivanje je izredno težko. Še posebej, če si tu celo desetletje in še posebej, če si neškodljiv in če ne »pihaš v njihov rog«. Potem si večni odpadnik, kar jaz doživljam že vso svojo kazen in sem na račun žensk tukaj, kjer sem.

V desetih letih sem imela 306 t.i. »cimer«, kar mislim, da je za zapor v moderni novi državi Sloveniji ob tako dolgi kazni povsem nedopustno. Nekomu, ki ima tako dolgo kazen, je nehumano naseljevati nove in nove sstanovalke, ki se jim moraš znova in znova prilagajati, vzpostaviti z njimi nek odnos in v to vložiti veliko truda. Mislim, da ne prestajam zaporne kazni nekje v Angoli, da je temu tako.

Temu ni kriv pravosodni sistem, temveč izključno Zavod, kjer sem deležna »posebne obravnave« v negativnem smislu.

Vseh deset let se tukaj popolnoma sama borim, da tukaj notri preživim in ohranim svoje psihično in fizično zdravje. Za razliko od nekaterih, s katerimi se ukvarja cel Zavod in ki se jim pomaga na različne načine. Na žalost ugotavl-

jam, da če si tukaj miren, urejen, neškodljiv, kulturn, ne izsiljuješ, se ne dobrikaš zaposlenim, potem nisi vreden nič.

Tukaj moraš biti »težki« manipulator, provokator, »razbijač«, zaposlenim se moraš prilizovati na vse načine in se prikazovati kako si dober, pa dosežeš vse.

Ker nimam prostora, da se o tem razpišem, o tem ne bom pisala naprej, a imam veliko dokazov, ki to potrjujejo v celoti.

Žalostno je to, da na take manipulatorje ne padajo samo obsojenke, ki so šibke in se dajo zmanipulirati, ampak tudi zaposleni, ki odločajo o naših življenjih tukaj (pridobivanje raznih ugodnosti). Tukaj notri (če se soočiš in priznaš svojo napako) ni tako težko preživeti, bolijo in ubijajo pa strahovite krivice in nepravčnosti, ki se dogajajo v tem Zavodu in jih je iz leta v leto oziroma iz meseca v mesec vse več.

Nekaterim je dovoljeno vse, nekaterim nič, oziroma bore malo. A kazen vse prestajamo po ostrem kazenskem zakoniku.

In smatram, da ni potrebno, da smo nekatere poleg kaznovanja sodišča kaznovane tudi s strani Zavoda. Za sebe to lahko zatrdim. Trudim se preživeti po vseh svojih močeh, a počasi zgubljam energijo, ker je moje telo že precej izčrpano in izgoreno.

In vsakič, ko tukaj doživim krivico,

nepravčnost, ko se mi zruši neko upanje, me to prizadene in me vrže korak nazaj.

Lahko rečem, da sem tu doživela malo lepih trenutkov, veliko pa slabih, žalostnih, ponižujočih. Takšnih ljudi kot sem jih srečala tukaj, nisem imela možnosti spoznati zunaj v vseh svojih letih življenja.

Nikoli si nisem mislila, da je v ljudeh lahko toliko zlobe, pokvarjenosti, dvoličnosti, zahrbtnosti, hinavščine in škodljivosti, kot sem to spoznala tukaj.

Res pa je, da je bilo v vseh teh letih tudi nekaj svetlih izjem, ki so mi s prijazno besedo, pogovorom, nasvetom, normalnostjo in nasmehom osvetlili kakšen dan. In vsem teh HVALA!

Upam, da zdržim nekako še preostali čas, ko moram biti tukaj. Kot mi je ena od obsojenka ob 60. rojstnem dnevu pred dnevi napisala v voščilnici, sem že v ciljni ravnini.

In ko se bodo ta vrata končno odprla tudi zame, jih bom močno zaloputnila za sabo in poskušala pozabiti vse ljudi tu notri in vseh, več kot deset let trpljenja, mučenja in šikaniranja.

La vita bella

Maja S.

RAZLIKE V ZPKZ Ig 2013 – 2023

V mojem desetletnem bivanju v ZPKZ Ig je prišlo do ogromno sprememb, tako na boljše kot tudi na slabše. Slabše mislim v tem pogledu, da je vse preveč razpuščeno, da imaš včasih občutek, da si v nekem cirkusu, norišnici, ne pa v zaporu, da nekateri v zavodu delajo kar hočejo, niso nikoli kaznovani, nasprotno, na žalost takšni ljudje v zavodu vedno prosperirajo – napredujejo, in so dobesedno nedotakljivi.

Seveda pa so se kakšne stvari tudi izboljšale in pripomogle, da se kdaj pa kdaj lahko bolje počutimo. Skratka, če ne bi bilo toliko krivic pri podeljevanju ugodnosti, toleriranju nekaterih, bi bilo še kar znosno.

Opisala vam bom razlike bivanja v ZPKZ Ig v obdobju 2013 – 2023:

- ko si prišel na prestajanje kazni, so te namestili za 30 dni v tako imenovano »prehodno sobo«, kjer smo bile zaklenjene, hrano smo ves čas dobivale v boksih; če nisi bil kadilec, nisi smel stopiti iz sobe. Kadilci so šli lahko v kafe-tarno enkrat na uro;
- včasih ni bilo postopnosti pri pridobitvi obiska ali prostega izhoda; obiske si imel takoj 3-urne, ko pa si dobil 53-urne

proste izhode, si takoj začel s štirimi izhodi. Postopnost se je uvedla 1. 10. 2014;

- bili so le obiski v parku in v sobi za obiske (tam, kjer je zdaj odprti oddelek) za polodprti in odprti režim, zaprti v govorilnici – in sicer 3 ure.

T.i. »peturcev«, obiskov izven zavoda, ni bilo. Ti so se uvedli par let nazaj;

- sobe za nočitve ni bilo. Ta soba je bila narejena šele v letu 2019, čeprav je bila ta soba zahtevana na vseh sestankih domske skupnosti, leta in leta;

- razlika med polodprtim in odprtim režimom je bila le ta, da so obsojenke, ki so imele odprti režim lahko koristile 5. izhod takrat, ko je imel mesec 5 vikendov (približno 3x letno).

To se je spremenilo z 8. 1. 2017, ko se je odprl odprti oddelek v hiši, kjer sta bili prej sobi za obiske.

Od takrat imajo obsojenke, ki so na odprtem oddelku, velike ugodnosti (telefon, internet, lahko si prinesejo svojo hrano, raport imajo le 2x dnevno, ob torkih in četrtek gredo lahko na Ig v trgov-

ino, ob sredah pa na Ig v knjižnico; imajo vsak mesec pet izhodov, cel dan so lahko v parku, skratka, v primerjavi z obsojenkami na polodprtem in zaprtem režimu, so »gospe«, in včasih, ko jih gledamo z oken, imamo občutek kot da niso obsojenke;

- obsojenke zaprtega režima do par let nazaj nikakor niso imele sprehodov v parku, niti brez, niti z pedagogom, sedaj jih nekatere imajo;

- ob podelitvi polodprtega režima si se moral odločiti, v kateri skupni prostor boš hodil (kadilski ali nekadilski) in to si imel zapisano v osebнем načrtu. Če si prehajal in hodil v prostor, za katerega se nisi odločil, si dobil uradni zaznamek (UZ);

- če si dobil UZ, si bil kaznovan z odvzemom telefonskih pogovorov za en teden (telefoniral si lahko le dvakrat v tednu dni po 10 minut), ali z odvzemom obiskov za teden dni, oziroma z odvzemom sprehodov v parku za teden dni, oziroma za hujše kršitve z odvzemom prostega izhoda;

- telefonski pogovori za zaprti oddelek so bili dvakrat dnevno po eno uro (za cca. 38 obsojenk). Ob 19:45 je bila dirka proti hodniku pri pazniški pisarni, kjer smo čakale vse naenkrat pri ambulantni. Ko si bil na vrsti, si šel do pazniške pisarne, povedal paznici koga boš

klical in paznik ti je zavrtil število, ti pa si samo dvignil telefon v govorilnici. Ko si govoril minuto, dve, so se začele obsojenke, ki so čakale telefon, dreti, da moraš končati. Prihajalo je do prepиров, pljuvanj, ... in takrat so paznice za tisti dan prekinile »telefon«, in ostale smo brez klincev.

Uporabljale so se impulsne kartice (50, 100, 300 impulsov);

- v Zavodu je bila samo ena pazniška pisarna (pri priporu);

Prva leta po mojem prihodu sta bila v Zavodu dva pedagoga, en pedagog je bil hkrati tudi vodja vzgojne službe, socialne delavke in psihologinje nismo imeli. Z nami so se več pogovarjali pravosodni policisti, ki so v tistem času smeli biti bolj odprti do nas;

- v Zavodu je bila samo ena kopalnica (pri pazniški pisarni pri priporu).

Imeli smo razpored – urnik tuširanja po traktih in po sobah;

- ob četrtek so bila generalna čiščenja celega Zavoda (sobe, hodniki, skupni prostori, kopalnica, jedilnica, telovadnica, razgovorilnica, otroška soba, ..), in vsak četrtek ob 17:30 je komisija (ena paznica, ena določena obsojenka) opravila strogo kontrolo čiščenja (če ni bilo dobro očiščeno, smo dobile uradni zaznamek);

- polodprti oddelek je moral tedensko oddelati v parku 3 ure dela (kuharice so obdelovale vrt),

kar je bil pogoj za prosti izhod.

Če dela nisi opravil, ti je bil tisti teden odvzet prosti izhod;

- vrata na dvorišču in stopnišču niso bila zaklenjena. V času sprehoda si šel kadarkoli na dvorišče ali z dvorišča.

Prav tako si z obroka (zajtrk, kosilo, večerja) lahko odšel takoj, ko si pojedel;

- raporti niso bili v sobi, ampak so bili ob 6:30 (zajtrk), 15:00 (kosilo)

in 18:30 (večerja), pri obrokih v jedilnici. Obroki so bili obvezni.

Ko so te prešteli, si lahko odšel v vrsto za obrok, oziroma nazaj v sobo;

- pošta se je delila ob 15:00, pri kosilu;

- depozit oziroma denar se je hranil v železni blagajni v pazniški pisarni.

Tam si kadarkoli lahko položil ali dvignil denar. Denar se je hranil v kuverti, v plastični mapi z seznamom dvigov in pologov na tvoje ime;

- trgovina se je vršila v razgovorilnici. Potekala je tako, da si določenega dne moral oddati listek z naročilom.

Ko se je vršila trgovina, si prišel samo po vrečko s tvojim imenom oziroma naročilom, plačal in odšel.

Dalo se je kupiti kakšen posladek izven naročila. Sladoledov ni bilo na razpolago. Lahko si ga naročil, a ko si ga prevzel, je bil že čisto stopljen;

- v jedilnici si si lahko pri obrokih v platenko nalil čaj;

- prepovedano je bilo vpiti oziroma povzročati hrup po hodnikih ter glasno poslušati glasbo v skupnih prostorih (bil si sankcioniran), zdaj pa je vsak dan vpitje brez opozoril;

vrata sob in skupnih prostorov so morala biti strogo zaprta; zdaj je vse odprto, kadilnica odprta celo poletje, da nekadilci vonjajo cigaretni dim vseh vsebinskih (protikadilski zakon se ne spoštuje);

- v Zavodu se absolutno niso dopuščala grupiranja, šefovanja traktom, peticije, pritiski grupe ali posameznikov na posameznika.

To je bilo nedopustno in sankcionirano; zdaj se to dopušča; sestanek domske skupnosti je bil dolga leta prvo sredo v mesecu, na katerem smo obsojenke lahko izpostavile težave oziroma s strani vodstva izvedele novosti ali rešitev težav, sedaj dve, tri leta domskih skupnosti sploh ni, oziroma ena na leto;

- kadar so v Zavod prihajali novinarji ali kakršnakoli delegacija, smo bile o tem obveščene en dan prej pri kosilu, kjer so nas opozorili, da, če ne želimo biti

videne v času od – do, naj se zadržujemo v svojih sobah.

Sedaj pa se odprejo vrata sobe, skupnih prostorov, po hodniku, in se te razkazuje brez kakršnegakoli predhodnega opozorila; kar po Zakonu o varstvu osebnih podatkov ni prav;

- pogovorov po skypu leta in leta ni bilo. Do uvedbe skypa je prišlo v času epidemije COVID-a, ko smo ostale brez izhodov domov in ko je bilo prehajanje iz občine v občino prepovedano, proti koncu leta 2020;

- večernih sprehodov na dvorišče oziroma v park včasih ni bilo;

- do leta 2018 je direktorica podeljevala 7 dni nagradnega dopusta vsaki obsojenki, ki je bila v zavodu zaposlena – za stimulacijo za ves trud in kvalitetno opravljeno delo, druge obsojenke, ki niso bile zaposlene, pa so dobile nagradni dopust za določene dosežke.

Zdaj pa tiste, ki smo zaposlene, nekatere leta in leta, nismo deležne nobene stimulacije in nagrajevanja z nagradnim dopustom. Zdaj imajo več nagradnega dopusta obsojenke, ki niso zaposlene, ki nič ne delajo, pa potem nekaj naredijo in takoj do-

bijo nagradni dopust. Tako kot pri podeljevanju drugih ugodnosti, prihaja do krivic in nepravilnosti. Nekatere pač imajo vse, vse se jim tolerira, se jih nagrajuje, nekatere pa se kaznuje za vsako stvar po dolgih letih dela v Zavodu, kjer si izgubil tudi zdravje oziroma dobil kronične poškodbe zdravja, nisi nikoli nagrajevan in vse, kar narediš, je spregledano in nenaagrajevano, oziroma dobiš celo UZ, ko vljudo vprašaš, ali bi te predlagali za en dan nagradnega dopusta, ker si na treh svojih prostih izhodih šel v gozd nabirat smrekove veje, storže in mah, in vse to po prošnji mentorice prostoročnih dejavnosti, prinesel v Zavod, za izdelavo novoletnih aranžmajev pri prostoročnih dejavnostih, na koncu pa dobiš UZ.

Nekatere pa prinesejo buče za Halloween oziroma rožice za park pa vsakič dobijo nagradni dopust. Ti pa dobiš UZ.

Pač, nekateri se napačno pišemo! - včasih je bivša direktorica vsak teden prišla na trakt, šla po sobah, nas povprašala kako smo, ali imamo kakšne probleme, pa nas je bilo skoraj še enkrat več kot nas je sedaj.

Ni dopustila medsebojnih tožar-

jenj, obračunavanj, spletkarjenj, pisanja peticij;

- obsojenke, ki so v Zavodu delale, so bile cenjene in stimulirane.

Vsako leto so od direktorice dobile 7 dni nagradnega letnega dopusta, od leta 2018 pa tega ni več;

- povratnice in obsojenke uklonilnega zapora, niso po enem dnevu oziroma po 3 tednih dobivale polodprtega režima.

Prav tako tiste obsojenke, ki so imele uklonilni zapor, razen ugodnosti ene ure obiska, niso imele nobene ugodnosti, ker one odplačujejo vsak dan po 100 EUR z enim dnevom bivanja v Zavodu. Kar pomeni, npr. za dolg 3700 EUR dobi obsojenka 37 dni zaporne kazni (1 dan 100 EUR), in vsak dan, preživet v Zavodu se ji znesek dolga zmanjša za 100 EUR. Sedaj pa te obsojenke zelo hitro po prihodu v Zavod pridejo na polodprti režim, dobijo peturne obiske zunaj zavoda in proste izhode, kar pomeni, da vsak vikend, ki ga preživijo doma, dobijo odpisanih 300 EUR (petek, sobota, nedelja), se pravi doma »odslužijo« kazni in na koncu nimajo niti blokade na računu.

To je zelo nepravilno do drugih

obsojenk. To je v bistvu stimuliranje ljudi, da ne plačujejo davkov, kazni, ... Pridejo malo v zapor, kjer pridejo takoj na polodprti režim, dobijo izhode in dolg poplačajo na zelo lahek način in deloma od doma;

- obsojenke, ki so bile na mednarodni tiralici in so se skrivale in so jih našli kjerkoli v svetu na podlagi mednarodne tiralice, ob prijetju in izročitvi Sloveniji niso zelo dolgo prišle do kakršnihkoli ugodnosti; zdaj po izredno kratkem času (en mesec ali dva) dobijo polodprti režim, izhode in nekaj mesecev zatem tudi odprti režim, medtem ko marsikakšna obsojenka, ki v zavodu dela, je leta dolgo zaposlena, brez velikih kršitev (male imamo vse), leta in leta ne pride na odprti režim, pa to niso krive obsojenke, to počne Zavod;

- pogovarjanje z oken na dvorišče, z odprtim, zaprtim oddelkom ali priporom je bilo strogo prepovedano. Sedaj se to počne vsevprek. Zelo glasno.

Je pa res, da so nekateri redki na to opozorjeni, veliki večini pa dopuščeno;

- včasih je bilo strogo prepovedano jesti v sobi, dobil si uradni zaznamek, če si to počel.

Jedlo se je lahko v skupnih prostorih (kafetarna/učilnica), kar

nekateri, ki imajo v sebi neko kulturo in bonton ter vsaj malo spoštovanja do sostanovalk v sobi, še vedno počnejo.

Zelo moteče je, da se v sobah, kjer biva šest, sedem ali osem, kjer bivamo, spimo, jedo salame, ribe, paštete, cvetačne solate, da sobe smrdijo kot menze;

- ni se smelo hoditi v druge sobe, še posebno ne, če ni nikogar v sobi. Na našem traktu se to konstantno dogaja že dlje časa;

- jedilnica se je čistila vsak dan med 7:15 – 8:45, in je bila res čista.

Sedaj je jedilnica že dlje časa umazana, prašna, polna pajčevin, tik ob mizah, kjer ješ in enostavno nedopustno je, da jemo obroke v tako umazani jedilnici;

- včasih je bilo v Zavodu omogočeno mirno in količkaj varno prestajanje kazni, čeprav že mešanje različnih profilov obsojenk po sodbah je posredno nevarno.

No, mirnega in varnega prestajanja v Zavodu že najmanj dve leti ni več.

Dopuščeno je zbiranje po hodnikih z glasnim pogovarjanjem, navijanje glasbe na ves glas. Cel dan, od zjutraj ko odpreš oči, pa

do 23:00 (brez upoštevanja hišnega reda) poslušaj vpitje, dretje, glasno petje, glasno poslušanje enih in istih obsojenk, ki mislijo, da imajo pravico početi kar njim paše, ki nimajo spoštovanja do ostalih bivajočih na traktu, nihče pa jih na to ne opozori, čeprav vsak dan kršijo hišni red. Pa se ostale obsojenke, ki ne pripadamo vodeči skupini petih obsojenk, sprašujemo kako je to sploh mogoče!

To niso vse spremembe, je pa kar precejšen del. Kot sem že v uvodu napisala, nekatere so dobre, nekatere pa precej slabe.

Še vedno smatram, da smo v zaporu in da bi moralo biti malo več reda, miru in spoštovanja discipline. Trenutno pa res več ne veš, kaj je sploh ta ustanova.

Martina V. ❤️ ❤️ ❤️

UJELA SEM SE v PAST DUHOVNA MOJSTRA!

Ko se ti čez noč in v sekundi spremeni življenje v smer, na katero nikoli ne pomisliš. V smer, katera je na prvi pogled tvoja nočna mora, a na koncu rešiteljica tvoje duše.

Bilo je prečudovito ponedeljkovo jutro. Jutro, ko sem presenetila dragega, mu ob petih zjutraj skuhalo kavico, pripravila malico in ga čez čas pospremila do vrat, saj je odhajal na delo. Preden je odšel, me je v tišini objel tako močno, kot še nikoli. Objem je trajal tako dolgo, kot da bi se videla zadnjič. Skozi čas sem pomislila, da je vse skupaj izgledalo tako, kot da je čutil, da se bo zgodilo nekaj hudega. A takrat, nisem polagala toliko pozornosti na vse to, saj je tudi mene na vse zgodaj čakalo delo.

Delo v katerem neskončno uživam in se ga dnevno vsakič znova in znova veselim. Delo na sebi in pomoč ljudem. Jutro sem nadaljevala z realizacijo poslovnih planov in dnevnih načrtov. Prišel je čas, ko sem začela voditi jutranjo meditacijo s svojimi strankami. V tem jutru sem čutila polno nove energije, imela sem na smeh na

obrazu, zadovoljstvo in radost v srčku. A po deset minutni vodeni meditaciji, je ob razbijanju po vratih, kar na enkrat vse to izgini- lo. Prevzel me je močni strah in temne misli.

Moj um so preplavile misli, da so pred vrati roparji s pištolo, kjer bodo oropali stanovanje, mene pa poškodovali. Saj ni nihče vedel, da se nahajam v stanovanju mojega dragega, razen njega. Zato mi je bilo še vse bolj grozno in prisoten strah še močnejši. Iz strahu sem prekinila meditacijo in poklicala dragega. Nisem si upala odpreti vrat. Povedala sem mu, da nekdo zelo razbija po vratih in dodala, da me je zelo strah. V umu se mi je vrtel film, da so roparji spremljali mojega dragega, ga pred pol ure videli, da je odšel in nato pristopili do stanovanja z namenom, da ga oropajo. V istem trenutku mojih misli in čakanja odgovora mojega dragega pa slišim močan glas. Glas, kateri zaupije: »Odprite – policija«!

Vsa preplašena sem prekinila telefonski pogovor in odprla vrata. V stanovanje so vstopili detek- tivi, kjer so mi zgodaj zjutraj na prečudovito ponedeljkovo jutro v sekundi spremenili smer mojega

začrtanega življenja in mi življenje obrnili na glavo. Rekli so mi, da mi bodo za 48 ur odvzeli prostost in svobodo, nato pa me izpustili. A žal to ni bilo tako. Že naslednji dan je sledila sprememba. Odre- dili so mi pripor, v katerem se po več kot dve leti in pol nahajam še danes. Celotno pot do zavoda in več dni v zavodu sem prežejala. Doživljala sem šok za šokom tako močno, da se mi je celo za več dni izbrisal spomin. Še danes se ne spomnim in ne vem, kdo me je v zavod sprejel in kako sem preživela prve štiri dni.

Nikakor nisem mogla razume- ti, zakaj so me priprli. Vse se je odvijalo tako hitro, da moj um ni dojemal in niti dojel, kaj in zakaj se mi vse to dogaja. Saj sem živela v prepričanju, da vse kar sem delala, sem delala samo v pomoč in najvišje dobro za ljudi. V priporu sem imela veliko časa za razmislek. Spoznala sem, da je to prepričanje v meni res pravo, re- alno in resnično. Da sem resnično zaščitila in delala v najvišje dobro za vse ljudi. Da pa žal nisem zaščitila in delala v dobro, kaj šele najvišje dobro za sebe.

Zato sem pristala v priporu, kjer se je čez noč vso breme vsulo name. Breme oz. finančni dolg kateri sploh ni bil moj, temveč od

jne Ljubezni, prijaznost, nežnost, mehkobo, ženstvenost, ... itn.

mojega energijskega duhovnega mojstra, kar je na sodišču, kot moja glavna priča, to tudi priznal. Breme katerega tisti čas sploh nisem bila sposobna nositi, ne mentalno in ne čustveno. Zato sem skozi proces sojenja velikokrat padla v tako močno depresijo, temo in obup, da sem že pomislila na samomor. Če bi se mi lahko uresničila želja, da takoj umrem, bi umrla. A kljub vsej močni depresiji se je v meni nekaj prebujalo in mi govorilo: »Martina vztrajaj! Bilo mi je zelo težko, a sem vseeno sledila temu svojemu notranjemu glasu. Glasu moje duše in se vsakič znova s pomočjo psihologinje, določenih pravosodnih policistov v zavodu, mojega odvetnika in dragega pobrala, dvignila in šla skozi proces sojenja, še močnejša naprej. Učila sem se razumsko razumevati in razumeti situacijo. Čustveno čutiti, umiriti, uravnovesiti moj um in čustva.

Da sem danes, po več kot dve leti in pol pripora, energijsko močna, mentalno, čustveno zbrana in stabilna ženska je za to zaslužen Bog, ki mi neskončno pomaga. Sama, ki neskončno delam na sebi. V veliki meri in »najbolj« pa tudi moj dragi, saj je ravno on tisti, ki zna iz mene potegniti tisto najboljše. Človečnost, energijo Brezpogo-

Ker si močno v sebi želim nadaljevati življenje z njemu, ker sama zelo strmin k izboljšanju svoje osebnosti in boljšemu jutri, mi je ves čas bivanja v priporu ravno on motivacija. Motivacija, da sem našla energijsko moč v

1. Kako spoznati in definirati duhovno zlorabo?

Skozi močno lekcijo - proces sojenja, delovanje vseh vpletenih v mojem sodnem procesu, vključno s strani mojih dveh energijskih duhovnih mojstrov, ki sta osem let spremljala moj duhovni razvoj in nadaljnega bivanja v priporu sem spoznala, da sem bila mentalno, čustveno, duhovno in finančno zlorabljen in ogoljufan jaz, s strani mojih dveh energijskih duhovnih mojstrov in s strani ljudi, ki so z njima tesno sodelovali.

Spoznala sem še, da sta energijska duhovna mojstra prilagodila duhovno teorijo - modrosti sebi v prid za dosego njunih ciljev. Da so mene uporabili in zlorabili, kot orodje za dosego njunih želja.

Nato pa me zavržli, kot otrok zavrže svojo igračo, ko jo preraste. Se za mene več ne zmenili, me pustili samo v situaciji, v priporu brez enega evra in celo dovolili,

da sem izgubila vse materialno, delo, ugled in svobodo.

Najbolj me je prizadelo dejanje obeh duhovnih mojstrov in od ljudi, ki so tesno sodelovali z njima. Skozi proces sojenja sem videla, da so meni na svobodi govorili eno, na sodišču, kot glavne moje priče, pa popolnoma nekaj drugega. Skozi njihovo pričanje sem spoznala, da so z mano na šarmanten, prefinjen način skozi duhovno znanje - modrosti, manipulirali in me zmanipulirali. Da so na sodišču, kot priče določene podatke namenoma skrili, tajili in priredili situacijo popolnoma sebi v prid. Spoznala sem še, da so mene žrtvovali, z namenom, da sebe rešijo. Z njihovimi dejanji so mi pokazali, da so namenoma izkoristili mojo brezpogojno zaupanje do njih, me zavedli, zlorabili in zavržli. To me je zelo - zelo - zelo bolelo! S to bolečino sem se soočala cele dve leti pripora.

Kako sem energijsko prerastla to močno zlorabo mene in prisotno globoko bolečino v duši, zaradi zlorabe in škode, ki se mi je storila, kaj vse sem se še med časom bivanja v priporu naučila, katere pasti zlorabe še spoznala, kako sem si, kljub zlorabi mene

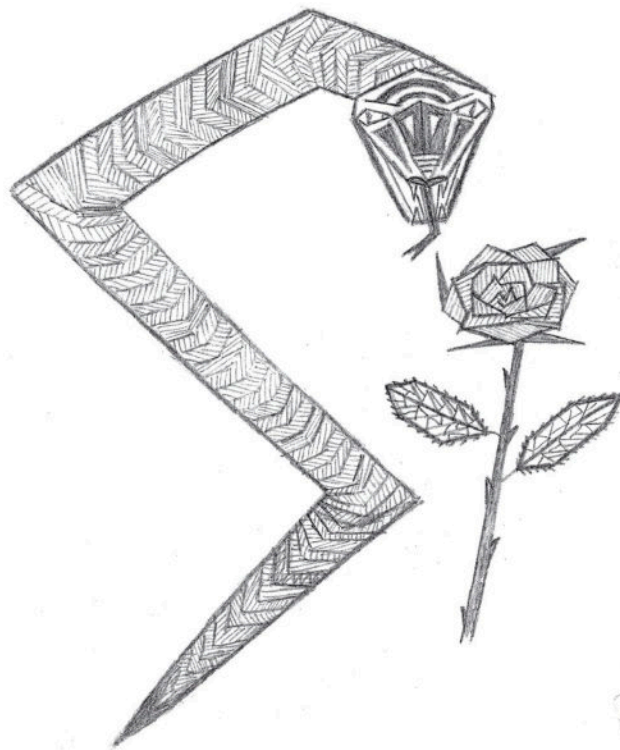
izgradila svojo osebnost, na principu človečnosti, prijaznosti, dobrote, brezpogojne ljubezni, ... pa bom pisala v svoji knjigi, ki bo izšla pod naslovom: »Ujela sem se v past duhovna mojstra.« Zajela bom vse podrobnosti dogajanja, saj sem tukaj žal omejena in je to nemogoče.

Sedaj pa bom poizkusila čim bolj na kratko napisati par nians duhovnih zlorab. Zakaj se nam zgodijo, če se nam, kako jih spoznamo in kakšne so? Duhovnost je nekaj, kar ne moreš prijeti in videti. Se je ne da brez izkušenj spoznati, naučiti, čutiti in nadgraditi. Ne moreš jo takoj razumsko razumeti in osvojiti. Lahko jo skozi izkušnje le opazuješ, preizkušaš, jo razumsko vsaki dan bolj razumeš, čustveno osvojiš in zaživiš kvalitetnejšo življenje v harmoniji in ravnovesju. To je proces, katerega se ne da skozi noč naučiti in razviti. Naučimo in razvijemo se ga lahko le skozi preizkušnje in več letno, ali pa celo več desetletno zelo - zelo trdo in težko delo na sebi. Ravno v tem delu jaz danes neskončno uživam in delim to znanje tudi naprej. Skozi preizkušnje sem spoznala, da me univerzum vodi tako, ravno zato, ker je to moje poslanstvo.

Duhovna zloraba nas se nam zgodi zaradi naše energijske notranje mentalne in čustvene ne gotovosti, ne stabilnosti, zmedenosti, labilnosti, energijske ne moči in

šibkosti. Zaradi energijskega ne znanja in ne razumevanje energijskih modrosti. Zaradi delovanja iz ne zavedne ravni, energijskega ne razumevanje sebe in ljudi nasproti nas. Zaradi nam ne podpornih vzorcev, prepričanj, stališč prednikov in sistema, ki so nam jih vsilili in vcepili v um, mi pa smo jih avtomatsko sprejeli za svoje. Zaradi naših ne podpornih vzorcev, navad, prepričanj, dejanj, čustvovanja, občutkov, stališč, karakterja, ... itn. To vse so razlogi, da se pri energijsko močnih ljudeh, ali pa pri ne pravih energijskih duhovnih mojstrih, energijsko ne znamo, ali pa ne zmoremo postaviti dovolj močno za sebe in njim zdravih meja.

Duhovna zloraba nas se nam lahko zgodi tudi zaradi tega, ker ne znamo slišati in poslušati sebe



- svoj um, srce in dušo. Ker naš um, srce in duša večina časa niso usklajeni, zato ne znamo slišati in ločiti toksične negativnosti od zdrave pozitivnosti. Če pa že znamo, pa si zaradi svojih preteklih negativnih izkušenj, svojih negativnih misli v umu, negativnih čustev (strahu, paničnega strahu, dvomov vase, nesigurnosti, jeze, besa, sovraštva, maščevanja, občutka krivde, ... (saj nam vse to zamegli realni in resnični vpogled v realno situacijo in našo življenje)), negativnih občutkov, svoje energijske ne moči ne upamo na glas imeti svojega mnenja in narediti tako, kot tisti čas čutimo. Moje življenjske izkušnje so me naučile, da tisto, kar čutimo prvo in takoj na začetku, je potrebno

storiti. Vse ostalo je kalkulacija našega uma, čustev in občutkov, ki nas odpelje stran od bistva našega življenja.

Če pa si že upamo imeti na glas svoje mnenje, pa se nam lahko zgodi, da nas določeni energijsko še močnejši ljudje ponovno za dosego svojih ciljev, še bolj, in še močnejše ustrahujejo in pogojujejo. Toliko časa mentalno in čustveno pritiskajo na naše šibke točke, da z ustrahovanjem in našimi dejanji iz strahu dosežejo, da popustimo, se jim ponovno podredimo in jim avtomatsko sledimo.

Meni se je v prejšnjem partnerstvu celo zgodilo, ko sem se začela postavljati za sebe in njemu zdrave meje, da sem skoraj umrla nasilne smrti. Po več letnem njegovem psihičnem in delno fizičnem maltraktiranju mene sem se začela temu nasilju upirati. Hotela sem, da skupaj z otroci zaživimo srečno, mirno življenje v harmoniji in ravnovesju. A žal to ni bilo izvedljivo.

Ko, kljub njegovemu močnemu ustrahovanju mene, nisem več hotela popustiti je začel nad menoj uporabljati tako močno fizično silo, da me je skoraj ubil - zadavil. Bilo je tako hudo, da sem morala oditi večkrat na policijo,

na urgenco po zdravniško pomoč, kasneje bivat v krizni center in varno hišo. A več o tem bom pisala v drugi knjigi o partnerstvu. V knjigi bom pisala, kako se rešiti nasilja v partnerstvu. Če pa to ni mogoče pa, kako se rešiti toksičnega partnerstva z nasiljem. Dodatno pa še, kako zaživeti partnerstvo v harmoniji, sreči, radosti, zadovoljstvu, ... in sožitju sam s seboj in drug z drugim. To stanje mi je uspelo doseči ravno sedaj v tem partnerstvu za katerega sem Bogu neskončno hvaležna.

Pri prejšnjem partnerju, sem bila zaradi njegovega nasilja nad menoj, energijsko zelo šibka, že čisto ne močna in na koncu čisto psihično izmučena, izčrpana in skoraj popolnoma uničena. Zaradi vsega naštetega in reševanja te lekcije s prejšnjim partnerjem, sem si bila prisiljena poiskati pomoč, če sem hotela preživeti. Ne boste verjeli, da mi je sin predlagal, da se naj udeležim tečaja numerologije pri energijskima duhovnima mojstroma. Udeležila sem se tečaja numerologije, ki me je tako navdušil, da sem se kasneje pri njima udeležila tudi letnega in kasneje več letnega energijskega izobraževanja.

Njune modrosti so me takrat obdržale pri življenju in mi zelo pomagale, da sem se ponovno postavila na noge. Da sem prišla do čustvenega stanja, kjer so v meni s časoma panični strahovi izginili, kjer sem energijsko pre-rastla fobije zaprtih prostorov, kjer so vse moje dolgomesečne nočne more s časoma izginile, kjer sem v sebi pozdravila diagnozo fibromialgije in si dvignila raven kostne gostote. Ko me je zdravnica pregledovala ni mogla dojeti, kako mi je to uspelo. Zato mi je rekla, delajte to kar delate, ker vam zelo pomaga. Iz te izkušnje verjamem, da lahko vsaka oseba notranje pozdravi sama sebe in nadaljevala sem z meditiranjem.

Dosegla sem tudi mentalno stanje, kjer je bilo v mojem umu vsaki dan več in več pozitivnih misli, v telesu pa več in več notranjega globokega dušnega miru. Zaradi mojega boljšega mentalnega in čustvenega počutja, tudi zdravja, dejanj mojih dveh energijskih mojstrov in močne pomoči meni, sta si ona dva z moje strani pridobila, moje brezpogojno zaupanje do njiju in v vse to, kar sta govorila in delala.

Vas mogoče zanima, kako se moja življenjska izkušnja nadaljuje? V kolikor ja, vam priporočam, da sledite po vrsti novim člankom v časopisu z naslovom: »Kako še spoznati in definirati duhovno zlorabo«?

Z Brezpogojno Ljubeznijo,
Martina V.

2. Kako še spoznati in definirati duhovno zlorabo?

Kadarkoli me je bilo strah in sem podvomila v to, da mi energijska duhovna mojstra ne bosta vrnila denarja, katerega sta mi dolžna za ljudi, kateri so dali preko mene denar njima, sta mi začela govoriti: »Da me ne sme biti strah. Da ne smem dvomiti«. Nadaljevala sta: »Martina, če hočeš biti pozitivna in imeti še kvalitetnejšo življenje je za tebe najbolj pomembno, da se rešiš strahu in dvoma, ker je to negativa. Pomembno je, da si še naprej pogumna, da verjameš v posel in v vračilo denarja, z najine strani tebi, vse do cilja«.

Resnično sem jima verjela, da sta strah in dvom v meni in za mene negativna energija, katera mi v življenju škodi. Danes pa vem, da

to ni točno tako, kot sta mi takrat razlagala. Lahko je tako, če nas strah in dvom nadvladata in nas energijsko, mentalno in čustveno rušita takrat, ko za to ni nobenega vzroka. Lahko pa je tudi drugače. Preko poslušanja svojega uma, čustev in občutkov sem dojela, da sta tako strah, kot dvom v zunanjo situacijo naša obrambna mehanizma, katera nas pozitivno opozarjata, da pa le nekaj v situaciji kateri smo, res ni v redu. Katera nas ščitita pred zunanjo nevarnostjo in katera bi morali poslušati. Da pa sta strah in dvom vase in v svoje občutke, res energijsko negativna, katera nam v življenju škodita in ju res ne bi smeli poslušati. To je razlika uporabljanja strahu in dvoma v pozitivno, ali pa negativno smer.

Danes je za vse vas najbolj pomembno to, da znate znotraj sebe slišati, čutiti in ločiti, kdaj sta strah in dvom vaša obrambna mehanizma, ki vas varujeta na življenjski poti in kdaj blokadi, ki vas zavirata. Verjamem, da boste rekli, da je to umetnost, katero je zelo težko zaznati, čutiti, se jo naučiti in doseči. Verjemite mi, da se tukaj popolnoma strinjam z vami.

Skozi bivanje v priporu in sodni porces pa sem spoznala še, da sta mi energijska duhovna mojstra namenoma zatajila del prave nar-

ave strahu in dvoma v meni. Zatajila del realne resnice, kaj resnično in realno v meni predstavljata tako strah, kot dvom. Dojela sem, da je njuna površinska razlaga meni o strahu in dvomu bila za mene energijska past in duhovna zloraba, s strani energijska duhovna mojstra. Z namenom, da sta dosegla svoj prav in se me na ta način ponovno podredila. Dosegla sta še, da sem jima ponovno verjela, zaupala in slepo sledila še naprej.

Danes vem, da jima je z njunim dejanjem, dobesedno uspelo v meni zatreti moje občutke in čustva. Me mentalno zмести in čustveno zavesti. V meni porušiti harmonijo in ravnovesje. Njun vpliv na mene je bil tako močan, da sta mi popolnoma zameglila vpogled v realnost situacije in v realnost mojega življenja. Dobesedno sta mi spodkopavala samozavest in samopodobo. Energijsko sta me omrežila tako močno, da nisem bila sposobna razmišljati s svojo glavo oz. mi to realno z izkrivljenimi informacijami, ki sta mi jih vcepljala v um spolh nista dovolila. A žal to vem šele sedaj, ko plačujem davek - lekcijo katera nima nobene povezave z menoj, temveč z mojima duhovnima mojstroma.

To prava duhovna mojstra svoji učenki (tokrat meni) ne bi nikoli storila, temveč bi morala biti do mene iskrena, moralna, etična, sočutna, ... itn. Mi s pravo resnično duhovno razlago dovoliti, da se sama odločim po svoji volji in vesti. Če bi se sedaj odločala, ko poznam pravo naravo in osebnost energijska duhovna mojstra, ko v sebi čutim razliko aktiviranega dvoma in strahu, bi zagotovo upoštevala opozorilo mojega obrambnega mehanizma. Ne bi po njuni razlagi podvomila vase, temveč bi dvomila še naprej v realnost situacije. Ne bi naredila nič od tega, kar sem, temveč bi se pravočasno odmaknila od njiju in od situacije. To pomeni, da danes ne bi bila v priporu. Ker pa sem jima velikokrat podlegla, jima ponovno verjela in zaupala, da sta prava energijska duhovna mojstra s pravimi vrednotami in namenom, pa sem žal pristala v priporu.

V priporu imam veliko časa, ki ga zapovnim z rednim osem urnim delom, od ponedeljka do petka, če le imamo delo, udeležujem se vseh predavanj, berem poučne literature, kjer sem v tem času prebrala 70 knjig na osebnem, mentalnem, čustvenem in duhovnem razvoju. Ob branju literature sem spoznala še, da bi pravi duhovni mojster moral voditi

samo duhovno izobraževanje in ne finančnih poslov in mene. In to še na način, da iz srca pomaga šibkim ljudem, kjer njegovo izobraževanje sestavlja pomemben obseg znanja s ciljem, da si posameznik razvije svoje veščine, ustvarja svoja mnenja in je neodvisen. Jaz takega izobraževanja pri njima žal nikoli nisem imela, čeprav sem neskončno hrepenela po njemu. Zato danes odločno trdim, da se nisem mogla odločiti po svoji vesti, saj sem bila duhovno zavedena in zlorabljen s strani ljudi, ki so se mi predstavljali za energijska duhovna mojstra.

Kje se tukaj skriva past duhovne zlorabe?

V past duhovne zlorabe sem se ujela tudi zato, ker sta moja energijska duhovna mojstra o meni vedela in poznala vse, vključno vse moje šibke točke. Bila sem odprta knjiga, kjer sem jima iskreno povedala in zaupala vse o sebi tudi svoje najmočnejše strahove. S tega razloga sta onidva izkoristila svoj položaj in vedno naredila točno določen korak, za katerega sta že vnaprej vedela, da se me bosta z njunimi dejanji podredila in od mene dobila vse to, kar si želita.

Kako še prepoznati in definirati duhovno zlorabo?

V priporu pa sem spoznala, da sem bila popolnoma finančno in energijsko odvisna od energijska duhovna mojstra. Pa ne zato, da ne bi znala sama zaslužiti, temveč zato, ker sem ves svoj zaslužen denar vračala ljudem katerim bi ga morala vrniti moja duhovna mojstra, pa ga še danes nista. Močno energijsko odvisnost od njiju pa sem spoznala šele, ko mi je po mesec dni bivanja v priporu prišel stavek v glavo: »Zmešalo se mi bo, ker nisem v kontaktu z duhovnima mojstroma«. Ta stavek in kasneje moja depresija sta mi pokazala to močno energijsko odvisnost od njiju. Saj je iz mene izhajal pogum le takrat, ko sem bila v kontaktu z njima. Ko pa sem bila sama, pa me je bilo ponovno strah vsega. Odvisna pa sem še bila od svojega uma, čustev in občutkov. Oni so vodili moje telo in ne jaz njih. Te vrste odvisnosti je lahko tudi usodna.

Te vrste odvisnosti je bila moja največja napaka, ki sem jo v življenju storila. Pa še to iz neznanja, ne razumevanja, kako delovati mentalno, čustveno v harmoniji in ravnovesju. To nas žal ne učijo v nobeni šoli, a je največje bisto za naše harmonično življenje. Bilo bi veliko manj pekla, če bi vsi to

znanje imeli in ga tudi uporabljali. Si lahko predstavljate sožitje sam s sabo in drug z drugim? Si lahko predstavljate življenje v tej harmoniji in raju na zemlji? Verjamem, da ja.

Zaradi vsega napisanega se je potrebno resnično naučiti, kako delujemo, da svoj um, čustva, občutke, vodimo v pozitivno smer, mi njih in ne oni nas. O teh odvisnostih govori le malo ljudi, a so najhujše, najbolj ubijajoče in najbolj pomembne za našo življenje. A več o teh odvisnostih boste lahko prebrali v moji knjigi, katero sem že omenila z naslovom: »Ujela sem se v past duhovna mojstra«.

Kako še spoznati in definirati duhovno zlorabo?

Duhovna zloraba se nam lahko zgodi tudi zato, ker globoko v duši nosimo občutek, da smo ne zaželeni in da nas nihče nima rad, tudi starši ne. Zaradi tega močnega občutka se nam aktivira močan strah, da bi bili ne ljubljani in sami. Ker si vsi želimo biti ljubljani, se avtomatsko na ne zavedni ravni velikokrat žrtvujemo za druge. Jim ugajamo, se jim podreamo in podredimo z mislijo, da pa nas bodo ravno zaradi naših dobrih dejanj in ugajanj njim, oni imeli radi. A se žal to vseeno ne

zgodí. Zgodi se ravno nasprotno. Zaradi vsega naštetega, nas lahko določeni energijsko močnejši ljudje in ne pravi energijski duhovni mojstri zgolj, le, še lažje in močnejše prizadanejo in zlorabijo. To se je meni dogajalo vse od otroštva naprej in vse do pripora. Vseposvoda, le v sedanjem partnerstvu ne. Se mogoče kje vidite tudi vi? Ali je mogoče pri vas kako drugače?

Pri energijskima duhovnima mojstroma pa se mi je zgodilo še, da sem bila prvič v življenju resnično slišana. Ob njima sem imela prvič po več desetletnem obdobju ponovno občutek v sebi, da pa je le nekomu mar za mene. Da pa me ima le nekdo rad. Zaradi njunih dejanj sem dobila občutek varnosti in ob njima sem se resnično počutila varno, zato sem jima še bolj verjela in brezpogojno zaupala.

Spoznala sem še, da varnost ne pride od ljudi, temveč zaradi delovanja iz našega notranjega globokega miru. Delovanja v harmoniji in ravnovesju. Ko resnično delujemo iz globokega notranjega miru, harmonije in ravnovesja, prejmemo od višje nadnaravne, ali pa naravne sile čistega izvora energije – Boga, energijsko zaščito. Imenujeta se: »Milost in

Varnost«. To je težko razumsko razumeti in napisati. Razumeš lahko le takrat, ko to v sebi čutiš. Imam kar nekaj takih izkušenj zato lahko o tem spregovorim. Čista izvirna energija iz univerzuma je izvirna energija – Boga, ki nam pomaga na naši poti življenja le, ko in, če ga prosimo. Nam da milost, ko govorimo resnico in smo iskreni. In varnost, ko delujemo z njegovo čisto izvirno energijo. Nas ne sodi, temveč nam kljub grehom daje brezpogojno ljubezen, za nov začetek, na novi način.

Če pa porušimo svoj notranji globoki mir, harmonijo, ravnovesje v telesu, delujemo iz strahu, nemira in v stresu, pa nismo več varni. Saj nas tisti trenutek pokriva in v nas vodi naš um, čustva in občutke, čista izvirna energija, čistega vira Zla in ne Boga. Ko deluje zlo skozi naše misli, besede in dejanja, se nam žal tisti trenutek, nič dobrega ne piše. Čeprav, mogoče na prvi pogled izgleda, da ste bitko dobili, se lahko zavedate, da ste jo zagotovo izgubili. Vse to pišem iz lastnih izkušenj, a več o tem v knjigi.

Saj Zlo preko nas deluje na isti princip, ko energijsko močni ljudje in duhovni mojstri pod masko. Saj so na prvi pogled do tebe prijazni, sočutni, delajo za tebe dobro, a le s kalkulacijo in pričakovanji, z

namenom, da se te podredijo, te nadvladajo in s teboj počnejo vse, kar si oni želijo in ne, kar si želiš ti. Tebi pa dajejo vtis in ti zagotavljajo, da je vse dobro. Predstavniki energije Zla je Hudič, kjer nam lahko z njegovimi dejanji preko nas ukrade našo dušo, ko duša zapusti naše fizično telo.

Vsi smo na svetu iz enega in istega razloga. Da spoznamo preko nas dejanja Zla in dejanja Boga in se zavestno odločimo s katerim virom energije želimo živeti z roko v roki. Kateri vir energije želimo vsaki dan energijsko hraniti. Katemu predstavniku energije želimo po našem odhodu iz zemlje izročiti v roke svojo dušo. Jaz sem se odločila, da Bogu. Ste kdaj mogoče pomislili na to, komu pa boste vi izročili svojo dušo? Vnaprej najlepše hvala, ker ste si vzeli čas in malo o tem razmislili.

Zapomnite si: »Ljubezen je zdravi- lo, ki izničuje in zdravi zlo v nas in ljudeh nasproti nas. Brezpogojna Ljubezen pa zlu sploh ne dovoli, da nam pride blizu. Če in, ko imamo v sebi Brezpogojno Ljubezen in z njo delujemo iz sebe, vedite, da smo energijsko zaščiteni, varni pred zlom in povezani z energijo Brezpogojne Ljubezni - Boga.

Gledala sem film z naslovom, ČUDO in zadnji prebran citat, ki si avtorja žal nisem zapomnila, zapisala pa si ga tudi nisem govori takole: »Dobro dela imajo veliko oblik. Veličina se ne skriva v moči, temveč v pravilni rabi moči. Največji je tisti, čigar notranja moč je sposobna povzdigniti največ src. Fantek pa še doda, bodi prijazen in vedi, da vsak bije svojo bitko. In to je čista resnica.

MOČ UMA je ena najmočnejših energijskih moči in pasti, če jo ne znamo uporabljati na način, da resnično delamo v najvišje dobro za sebe in vse ljudi okoli nas. Moč uma je ena najmočnejših moči, ki lahko pokoplje vse nas in veliko ljudi nasproti nas. Lahko pa jih tudi osreči. Ponovno je to samo stvar vaše odločitve.

UM imamo zato, da si z njemu kreiramo in gradimo svojo sedanjost, prihodnost in prihodnost vseh nas v miru, sreči, radosti, zadovoljstvu, harmoniji, brezpogojni ljubezni, ... ravnotežju in seveda vključno z materialnimi dobrinami. In ne zato, da mu slepo zaupamo in sledimo negativnim mislim, ki nas, če nas obdajajo in odpeljejo v temo in dejanja, katerega ne bi nikoli naredili. Če ne bi bili vođeni pod energijo zla in zlobnih

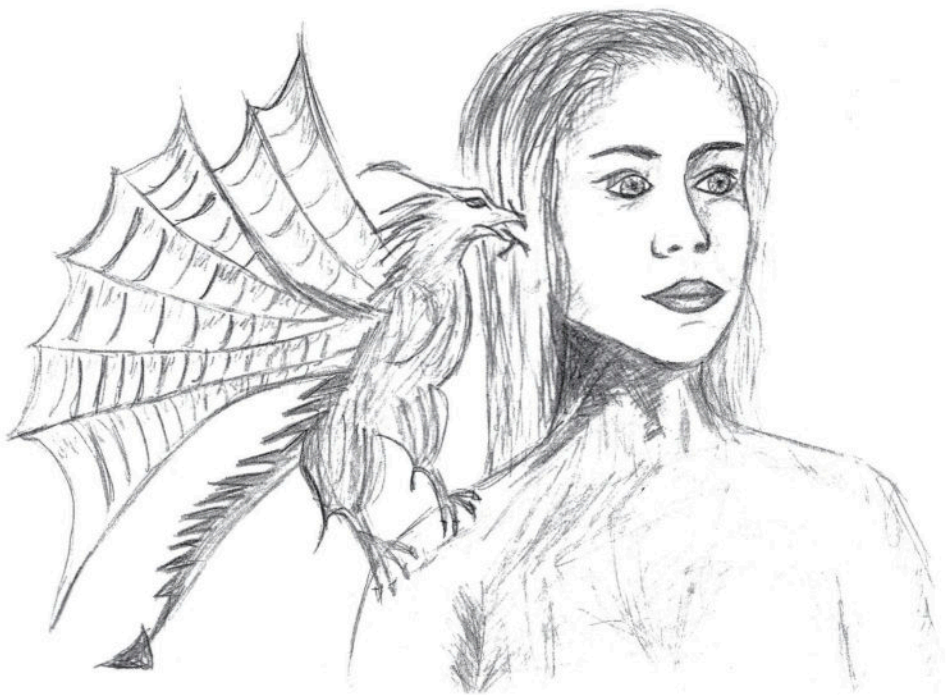
negativnih nad naravnih bitij, ki nam v um vsajajo grozna sporočila zla, bi bil svet in naša zgodovina veliko lepša. Ste kdaj pomislili na to? Ponovno vam polagam v srce, da je samo vaša svobodna volja, ali boste od danes naprej, v sebi in ob sebi negovali energijo teme - zla, ali pa seveda samo energijo svetlobe in dobrote. Jaz dnevno delujem na način, da se zavestno kontroliram in hranim energijo svetlobe in dobrote.

Ne boste verjeli, da mi je ravno ob moji najtežji preizkušnji uspelo se naučiti, kako vodim in uravnovesim svoj um, čustva in občutke. Kako postanem in ostanem energijsko pozitivna, odločna, močna, stabilana in svobodna ženska. Kako to moč uporabljam v najvišje dobro za vse. Danes v najtežji situaciji in dogajanjih ostanem ljubeča, prijazna, ... in v globokem notranjem dušnem miru. V ta mir popeljem tudi mojega dragega in vse ljudi okoli sebe, če in, ko je to potrebno. Ko mi uspe narisati nasmeš na obraz osebi naspori mene, mi je zelo toplo pri srcu. Priznam, res je umetnost ob najtežji preizkušnji ostati v globokem notranjem miru in še dodatno z lahkotno energijo reševati najtežji izziv v sojem živl-

jenju. Umetnost pa je tudi z vero in upanjem doseči cilj. To je ta energijska svoboda o kateri večkrat govorim. Vera meni predstavlja, da v cilj verjameš. Upanje pa, da se bo cilj ob roku zgodil. Če pa ne ob roku pa, da se zagotovo zgodi.

V kolikor vas zanima razplet in zaključek, vas vljudno vabim, da poiščete še zadnji članek z naslovom: »Kako še prepoznati in definirati duhovno zlorabo«?

Z Brezpogojno Ljubeznijo,
Martina V.



3. Kako še prepoznati in definirati duhovno zlorabo?

Med sodnim procesom sem še spoznala, ko sem se pri energijskima duhovnima mojstroma postavljala za sebe in njima zdrave meje, da sta vedno začela delovati s svojim obrambnih mehanizmom, na en in isti način, z enim in istim vzorcem. S postavljanjem zase in njima zdravih meja, sem ju stisnila »v kot« tako močno, da tisti čas nista imela izhoda. Ker sta se počutila ogrožena, sta me začela energijsko in besedno napadati ter obračati pozornost stran, od bistva vprašanja, situacije in problema.

Začela sta mi govoriti in mi pritiskati na moj občutek krivde z besedami na način: »Ali si že pozabila koliko sva ti midva pomagala? Tudi takrat, ko naju je tvoj prejšnji partner prijavljaj na policijo in nama grozil, sva ti midva vseeno stala ob strani in pomagala. Sedaj pa poglej sebe, kako se obnašaš. Vedno naju energijsko negativno napadaš. Bil bi že čas, da se naučiš, kako deluješ in pristopiš do naju pozitivno. Že dovolj dolgo te trenirava, da bi to lahko razumela in vedela. Če boš tako nadaljevala, te bova nehala trenirati, ker vedno narediš eno in isto. Deluješ do naju iz strahu, dvoma in z negativno energijo oz. pozicijo«.

Na ta način sta mi, na moj dvom vase in strah, še dodatno aktivirala, še dodaten strah in občutek krivde, da sem jaz tista, ki sem negativna in jaz tista, ki sem kriva, kaj jima je delal bivši partner. Dala sta mi jasno vedeti, da sem jaz tista, ki je z menoj nekaj narobe, da sem jaz tista, ki ničesar ne vem, ne razumem in ne delam prav. Zaradi vseh teh njunih sugestij sem se počutila še dodatno pogojevana, ustražovana, zato se

je še močnejše poglobil tudi moj strah. Občutek krivde, da sem za vse kriva jaz, pa je v meni še dodatno aktiviral nesigurnost, tako sem postala, še bolj dvomljiva vase. Ne več v situacijo, temveč v svoje »kao po njunem« neprave občutke.

Z njunim dejanjem sta pozornost obrnila stran od bistva situacije in problema. Obrnila sta jo v mene in mojo notranjost. Na način, kot da je problem v meni in ne v situaciji. Danes vidim, da sta me s temi njunimi sugestijami še dodatno ustražovala, pogojevala in si me ponovno podredila. S tem, ko sta me mentalno zmedla, me čustveno zavedla in zrušila, sta ponovno pri meni dosegla stanje, da sem jima dala potrditev, da imata ona dva ponovno vse prav. Vedno sta mi dala vtis in v mene vcepila prepričanje, da imata več energijskega znanja, kot jaz. Danes pa vidim, da to ni tako, kot sta govorila in delovala. Temveč sta znanje prilagodila sebi v prid, mene pa, kljub mojim upozorilom, nikoli nista vzela resno.

Po vseh teh izkušnjah vem, da je obračanje pozornosti ena izmed najmočnejših vrst manipulacije. S katero energijsko močni ljudje, vključno moja energijska duhovna

mojstra z lahkoto manipulirajo in z zmanipulirajo energijsko šibkejše ljudi oz. njihove učence - »Tokrat mene.«

Najmočnejša čustvena manipulacija šibkejših ljudi in past ljudi, ki hočejo druge nadvaladati, kontrolirati, si jih podrediti in imeti oblast nad njimi, za dosego svojega prav in cilja, pa je še pritisk na občutek krivde. In s pritiskom na občutek krivde, pa tudi pritisk na našo najšibkejšo točko. Namesto, da bi me, kot energijska duhovna mojstra energijsko podprla, mi razumsko stala ob strani, me skušala poslušati, slišati in razumeti, zakaj sem delovala, kot sem, sta me z njunimi prepričanji in dejanji pahnila v še večjo stisko in obup – temo.

Saj sem ravno zaradi te situacije v katero sem prej dvomila in njiju opozarjala, da nekaj res ni v redu, pristala v priporu. Ostala brez vsega materialnega, kar sem si v petdesetih letih zgradila že drugič. To me še danes zelo boli. Priprli so me samo zato, ker me duhovna mojstra nista hotela poslušati, slišati in narediti to, kar sta mi zagotovila, da bosta naredila. Nista se držala dogovorjenega, če bi se, se jaz nikoli ne bi znašla v priporu in to je neizpodbitno dejstvo.

Ob vseh teh dogajanjih z energijskima duhovnima mojstroma sem dojela, tik preden so me priprli, da sta me vodila tako daleč, da sem bila popolnoma energijsko in finančno odvisna od njiju in si več nisem mogla pomagati na noben način. Nisem več videla izhoda, da pridem ven iz situacije, ker karkoli sem naredila, sta ona dva mene energijsko in besedno pohodila in mi zagotovila, da mi bosta zagotovo vrnila denar. Enako sta mi zagotovila tudi na sodišču pred osmimi meseci. A žal še danes ni nič od tega, kot samo blebetanje v prazno. Zato razumsko razumem in odločno trdim, da sem se ujela v past energijska duhovna mojstra in njuna sedanja dejanja mi to samo in močno potrjujejo. Njuna dejanja med mojim bivanjem v priporu so dejstvo in dokaz, da vse to, kar pišem je realno in resnično. Ste mogoče že kdaj slišali za toksično pozitivnost? Spoznala sem, da tako delujeta moja bivša energijska duhovna mojstra. Ljudje, ki delujejo na ta način, niso sposobni predvidevati in videti negativnih posledic svojih dejanj.

Kje se pa tukaj skriva pas duhovne zlorabe?

Pri branju knjige duhovni svet peta dimenzija pa sem celo spoznala, da nisem bila zlorabljen samo mentalno in čustveno, temveč tudi na duhovnem področju - duhovno. Spoznala sem, da sta energijska duhovna mojstra nad mano imala tako močno oblast, da sta dobesedno v meni, zaradi njunih močnih sugestij in ne držanja besede, izničila določene moje vrednote. Za mene je to najmočnejša duhovna zloraba mene in moje duše.

V priporu sem videla, da sem bila veliko preveč dovzetna za sugestije, ki so mi jih ljudje govorili. Veliko preveč sem si jih vzela k srcu in veliko preveč sem verjela v to, kar so mi govorili. Danes sem to spremenila. Zelo dobro razmislim v kaj verjamem, ko mi ljudje govorijo in kaj spustim, ker je za mene popolnoma nepomembno. Danes si ne jemljem nič več k srcu in osebno. Te sugestije znam ločiti, zato se mi je uspelo izoblikovati po svojih vrednotah. Ponosna sem nase, da mi je uspelo. Vedite, da verjamem v vas, da uspe tudi vam, čeprav mogče sami ne verjamete vase.

Energijska duhovna mojstra mi nista dovolila, da sem bila izoblikovana tako, kot sem se izoblikovala in isto se mi je zgodilo pri prejšnjem partnerju. Njegova oblast in vpliv nad menoj je bil tako močan, da je pri meni dosegel, da sem se mu zaradi strahu podredila do te mere, da me je z njegovimi močnimi negativnimi sugestijami izoblikoval tako, kot si je on želel, da sem. V prestrašeno malo punčko, ki takoj ugaja in naredi, kar od nje želijo. Šele sedaj, ko to pišem vidim, da se mi je vzorec pri energijskima duhovima mojstroma samo ponovil, vendar na popolnoma drugačen način. A več o tem boste lahko prebrali v moji knjigi.

Hvala Bog, da imam danes to znanje, kako se izoblikovati in ostati energijsko močna, odločna, pozitivna ženska z močno samopodobo. Hvala Bogu, da sem danes v priporu postala energijsko svobodna, dovolj močna, pogumna in izoblikovana tako, kot si jaz želim, da sem. Hvala Bogu, da sem danes dovolj pogumna, močna, da sledim sebi in svoji vesti. Da sem se rešila energijske odvisnosti od vseh ljudi, ki so nad menoj imeli močno kontrolo in oblast. Saj novim ljudem več tega ne dovolim.

Mogoče pa sem morala pristati v priporu ravno zato, da sem se rešila energijske odvisnosti od njiju. Da sem postala energijsko svobodna in pogumna. Da sem dokončno in popolnoma izničila ta moj vzorec podrejanja drugim in ponavljajoče kroge dogodkov. Priznam, da mi to v zunanjem svetu ne bi nikoli uspelo in to je moja najmočnejša pozitivna stran mojega bivanja, toliko časa, v priporu. Bogu sem hvaležna za to močno, čeprav zelo težko in kruto izkušnjo.

Zaradi mojega preteklega težkega življenja, kjer sem bila ogromnokrat zlorabljen, sem si v sebi zgradila vrednoto, da se vedno postavim na stran osebe in jo branim, ki jo nekdo maltrahir ali pa jo prinese okrog. Ker se mi je vrsto let nazaj duhovni mojster postavil v vlogo, da je bil opeharjen, sem mu ob tej situaciji stala ob strani, a to me je danes žal stalo pripora. Mojo vrednoto je izkoristil, sebi v prid za dosego svojega cilja. Meni nikoli kaj takega ne bi padlo na pamet, še posebno ne, da sta kaj takega sposobna narediti energijska duhovna mojstra. Da pa sta me še dodatno duhovno zlorabila to dokazujejo njuna dejanja. Saj danes, ko bi ju najbolj potrebovala, da bi

govorila iskreno in resnico, sta dejstva na sodišču tajila, skrivala in priredila sebi v prid. Še huje, zaradi njunih besed me je sodnica brez dokazov obtožila na veliko večjo kazen, kot pa je to tožilstvo realno zahtevalo. Ona dva pa ste me pustila samo v priporu, brez vsega in brez enega evra. Si lahko to predstavljate? Si lahko mogoče predstavljate, kako bi se počutili vi, če bi se vam to zgodilo?

Kaj so mi še govorili in kje je tukaj past duhovne zlorabe?

Duhovni mojster in določeni poslovneži so mi še govorili, da v poslovnem svetu ne smejo biti nikoli prisotna čustva. V sebi sem čutila, da ta teorija ne drži, a takrat nisem znala točno razumeti, definirati in čutiti pravo naravo delovanja čustev v ravnesju v privatnem in poslovnem življenju. Danes pa jih razumsko razumem, čutim in znam definirati.

Čustva morajo biti v našem življenju vedno prisotna in uravnovešena. Prisotna pri situaciji in ne vpletena v situacijo. Uravnovešena čustva pa so takrat, kadar smo pri reševanju največjega izziva, »v največjem nešem tornadu«, če se smem malo pošaliti, mi notranjo čustveno

popolnoma stabilni in mirni. To stanje mi je uspelo razumsko razumeti in čustveno doseči v dveh letih in sedmih mesecih pripora. Zapomnite si samokontrola samega sebe, svojega uma in čustev ter umirjanja sebe, je ena izmed največjih energijskih moči za doseganje kvalitetnega življenja. Spoznala sem, če nimamo aktivirana in prisotna čustva v življenju, se ne moremo odločati razsodno, v najvišje dobro za vse vpletene. Danes vas prosim samo to, da ste vedno iskreni sami s seboj, saj je to vaša največja vrednota in moč za lepo življenje vas ter ljudi nasproti vas.

Za boljšo razumevanje vsega napisanega prilagam primer iz gledanja filma.

V filmu so prikazali poslovneža, ki je poslovno deloval brez prisotnosti čustev. Bil je hladen in je vedno videl le sebe, denar in dobiček. Za katerim je neizmerno hrepenel in strmел, pa čeprav je že imel ogromno denarja. Ni ga zanimalo, ali s svojimi dejanji škodi drugim ljudem, ali ne. Zanimal ga je le denar in dobiček. Poslovnež je na vsak način hotel kupiti večjo družinsko podjetje, kjer ga je lastnik prodajal zaradi

svoje stiske in dolgov. Po nakupu podjetja je podjetje hotel razdrobiti na več malih enot, te nove enote posamično prodati in s tem mastno zaslužiti. Čeprav je vnaprej vedel, da bo lastnik, ki mu prodaja družinsko podjetje, ostal brez strehe nad glavo in ne bo imel za kruh, ne za svojo in niti ne za sinovo družino. Podjetnika tisti čas to sploh ni ganilo in zanimalo. Hladno je vztrajal pri nakupu, razdrobitvi, prodaji in hrepenel k dobičku.

Ko pa je, med pogajanjem prodaje in nakupa družinskega podjetja, temu istemu poslovnežu aktivira čustva ženska, katera se mu je zelo dopadla, pa je uvidel svojo napako. Uvidel je, da se ni odločal razsodno, temveč samo v korist za svoj dobiček in v zelo veliko škodo lastniku družinskega podjetja. Uvidel je, da bi z njegovim nakupom pahnil v še veliko večjo stisko in obup dve družini hkrati, kjer bi ostali na cesti brez dela, hrane in stanovanja. Brez vsega materialnega.

Zato je čisto proti koncu pogajanja spremenil svojo odločitev in se odločil, da ne kupi podjetja, temveč mu pomaga z nasveti in investicijo v njegovo družinsko podjetje. Z namenom, da družins-

ki podjetnik splava iz finančnih težav, obdrži streho nad glavo in ima za kruh za obe družini. Poslovnež pa bo za to delo in investicijo prejel del dobička od prodaje produktov podjetja, katerega sta zapisala v pogodbo.

Ker je poslovnež med pogajanjem pa le aktiviral, slišal in uporabljal svoja čustva, slišal glas svoje vesti, se je lahko razsodno odločal v najvišje dobro za vse. Tako za družinskega podjetnika, kot tudi zase. Na koncu sta bla oba zadovoljna in srečna.

Tako sem preko tega filma lažje razumsko razumela in spoznala pravo naravo delovanje čustev v privatnem in poslovnem svetu. Šele sedaj, ko to pišem dojemam, zakaj sta me duhovna mojstra in ljudje, ki so tesno sodelovali z njima pustili samo v priporu. Ta isti poslovnež, ko pa mi je isto predhodno razlagal o ne prisotnih čustvih v poslovnih vodah, pa je sodeloval pri tem, da so me priprli. Šel je preko trupel, (v škodo meni) do svojega rezultata samo, da je imel finančno korist, ker jo je imel. Meni so vsi omenjeni škodili do te mere, da sem izgubila vse materialno, delo, ugled in celo svobodo.

S tem pisanjem še vse bolj in bolj razumsko razumem, zakaj sem v priporu. Določeni drugi ljudje pa so me spravili v pripor, brez vesti, iz principa, ker nisem mogla, ne hotela, temveč nisem mogla v tako veliki meri narediti točno to, kar so si tisti čas to oni želeli in točno ob določenem času tako, kot so od mene zahtevali. A podrobneje o tem bom pisala v knjigi z naslovom: »Ujela sem se v past duhovna mojstra.«

Šele sedaj ob tem pisanju razumem, da se nisem ujela samo v past duhovna mojstra, temveč tudi v past ogromno število ljudi, ki nimajo vesti. Jim ni mar za nič drugega, kot samo za sebe, denar, kariero in svojo korist. Sedaj so mi na oči prišle solze, saj šele ob tem pisanju dokončno vse te nove spoznave notranjo, čustveno čutim in ponotranjim. To ni proces, ki ga samo razumsko razumeš, temveč je proces, ki ga je nujno potrebno tudi čustveno ponotranjiti, sprejeti in vsem ljudem odpustiti. Lahko dodam le še to: »Bog odpusti jim, saj ne vedo kaj delajo«. Če pa vedo, pa je za njih še toliko slabše in huje.

Sedaj pa bi dodala le še to. Oseba, ki je tesno sodelovala z energijskima duhovnima mojstroma pa je celo mojemu dragemu

dobesedno rekla: »Pa kaj pol, če je Martina pristala v priporu. Saj je tudi Mandala bil 25 let zaprt, pa je potem postal predsednik države.« Si lahko predstavljate to predrznost? Te besede so mi povedale, da so to ljudje, ki nimajo čustev in ne slišijo svoje vesti. Človek s čustvi in s čisto vestjo ne bi zagotovo nikoli ravnal tako. Kaj pa vi mislite? Kako pa vi to vidite?

Kaj mi je pomagalo, da mi je uspelo ostati v ravnovesju?

Da sem že več mesecev skupaj v notranji harmoniji in ravnovesju, pa mi pomaga vsakodnevna molitev rožnega venca, pogovor z Bogom in prošnja Bogu, da mi pomaga. Zelo so mi pomagale vse nove spoznave in razumsko razumevanje celotne situacije od prvega dne pripora dalje. Razumevanja nadnaravnih zakonov Univerzuma – Boga. Vem, da lahko ljudje z manipulacijo, izmikanjem in skrivanjem resnice pobegnejo našim zemeljskim zakonom. Vem pa, da nihče ne more tudi, če hoče, ne more pobegniti enemu najmočnejšemu Zakonu »Zakonu Karme«. To je neizpodbitno dejstvo, katero meni najbolj pomaga, da imam vedno in tudi sedaj nasmeh na ustih, mir v srcu in duši. Da vas spomnim,

še vedno sem v priporu. Bivanje v priporu še posebno dve leti in sedem mesecev je lahko veliko časa neznosno, a mi vseeno uspeva biti povezana z čisto izvirno energijo – Boga. Obdržati harmonijo in ravnovesje v umu, srcu, duši in telesu.

V priporu sem spoznala še celotno strukturo osebnosti vseh ljudi, ki so bili vpleteni v mojem sodnem procesu, vključno oseb, ki so odločali o meni. Danes vem, da bi prvo morala spoznati resnično osebnost ljudi s katerimi sem poslovno sodelovala in se šele ob teh spoznavah odločiti, ali z njimi sploh poslovno sodelujem, ali ne. Spoznati osebnost od energijska duhovna mošta in se šele potem odločiti, ali se udeležim duhovnega izobraževanja pri njima, ali ne. A žal je to bilo deset let nazaj z moje strani ne mogoče. Prvič zato, ker sem k njima na izobraževanje prišla popolnoma psihično umičena, kjer sem nujno potrebovala pomoč. Drugič pa zato, ker me nista nikoli hotela spustiti toliko blizu, da bi ju imela možnost resnično spoznati.

Ko to pišem mi je v um prišel stavek, potem pa se ne bi smela udeležiti duhovnega izobraževanja. Smeh, ... veste kaj sledi? Če se ne bi udeležila pri njima duhovne-

ga izobraževanja danes ne bi bila več živa in tako močno mentalno, čustveno ter duhovno razvita, kot sem danes. Spoznala sem, da to ni bila moja napaka, temveč samo pot skozi katero sem se učila, razvijala in razvila. Ko pa pridem ven, pa najdem pot, kako bom situacijo rešila do konca. Še vsaka situacija se je rešila, pa se bo zagotovo tudi ta. V to neskončno verjamem.

Dragi bralci in bralke vnaprej se vam iskreno iz srca zahvaljujem, ker ste si vzeli čas in mojo napísano izkušnjo prebrali, saj brez vas ta izkušnja ne bi imela nobenega pomena. O njej razmislili in v sebi našli tisto dobro plat katera vam bo pomagala na vaši nadaljni poti. Želim vam neskončno uspeha, sreče, radosti, veselje, zadovoljstva, harmonije in uživanja v življenju. Naj se vam uresničijo vse drobne, skrite želje, še posebej tiste, ki so globoko zakopane v vašem srčku in duši. Polagam vam na srce, da jih pogumno odkrijte in uresničite. Res je zelo težko, a za mene edino vredno.

Z Brezpogojno Ljubeznijo,
Martina V.

P.S: Sedaj pa bi se še iskreno iz dna srca in duše rada zahvalila vsem zaposlenim v zavodu za prestajanje kazni na lgu. Še posebno gospe direktorici Tadeji Glavica, ki je vedno takoj, ali pa zelo hitro odreagirala na vsako mojo stisko. Zahvaljujem se tudi vsem pripornicam in obsojenkam. Še posebno vsem tistim, ki so me vedno znova in znova postavili na realna tla. Tisti čas je zelo bolelo, a dolgoročno pa je bilo to njihovo dejanje do mene, za mene največji blagoslov, zdravilo in darilo za mojo dušo. Dejanja, ki so me prizadela sem spustila in vsem oprostila. Ne pozabila, temveč spustila in oprostila. Zavedam se, da je vsa ta izkušnja za mene bila samo izkušnja, skozi katero sem se energijsko razvijala, razvila in rastla jaz in ljudje okoli mene. Danes sem iskreno in neskončno hvaležna za to preizkušnjo. Saj se zavedam, da se v zunanjem svetu ne bi nikoli tako hitro in tako močno razvila. Hvaležna za vsa dejanja, ki so se mi zgodila med časom bivanja v zavodu. Res je, da sem materialno izgubila vse, a sem veliko več, kot duša duhovno pridobila, kot materialno izgubila in to šteje za mojo dušno življenje.



P.S.S: Sedaj pa sledim še k cilju, ko se mi bo čez noč in v sekundi spremenilo življenje v smer, skozi katero bom čez noč ponovno svobodna. Ob tem napisanem čutim v sebi to notranjo in zunanjo svobodo. Kako je lep in topel občutek. V umu se mi vrti film, kako sva skupaj z mojim dragim, kako sem poslovno uspela, kako uživava skupno življenje, ... vso ostalo domišljijo pa prepuščam vam. Prisrčen pozdrav.



Neznani vir

IZAZOV

Život je nevjerojatno tržište. Što više uvjeta za sreću ljudi imaju, to su nesretniji.

Zašto sreću tražiti u velikim stvarima? Zašto megalomanskim korakom grabiti ka svom cilju?

Dode trenutak kada se osvjestiš, te suočiš sa realnim životom.

Prodorna tišina koja para uši.
Prostor oko tebe (soba) je smirujuči, ali ti imaš izazov u praznom prostoru svog uma.

Izazov, fragment sjećanja ... luda, nesuvišla, iritirana parodija akorda odjekuje prosstorom tvog uma.

Sve je zapravo u tvojoj glavi.
Sve ovisi o tebi. Samo se trebaš skoncentrirati, dobro isplanirati, te posložiti.

Sreća se zapravo krije u sitnim stvarima. Korak po korak. Čitav niz sitnica vode te do zadovoljstva.

Samo je stabilna in zadovoljna osoba u mogućnosti planirati svoju budućnost.

Dok god ti je kaos u glavi, planovi i razmišljanja su nerealni i ti stojiš na mjestu. Na mrtvoj točki.

Na svojoj stabilnosti uz strpljenje gradiš svoje samopouzdanje.

Gradiš dio po dio, te svoj cilj i želje pretvoriš u djelo.

Svaka nova želja postaje tvoje novo iskustvo. Radiš na ostvarenju ali radiš i sam na sebi.

Kroz cjeli život ljudi rade na sebi. Uče i trude se, da bi uspjeli lakšim i bržim putem doći do svog krajnjeg cilja.



Prevod: Maja S.

IZZIV

Življenje je neverjetno tržišče.

Ljudje, ki imajo največ pogojev za srečo, so najbolj nesreči.

Zakaj srečo iščemo v velikih stvareh? Zakaj z velikanskimi koraki grabimo k svojemu cilju?

Pride trenutek, ko se zaveš, in se soočiš z realnostjo.

Čista tišina, ki para ušesa. Prostor okoli tebe (soba) je pomirjujoč, a ti imaš izziv v praznem prostoru svojega uma.

Izziv, trenutek spomina, ... nora, neobičajna, iritantna parodija akorda odzvanja v prostoru tvoje-
ga uma.

Pravzaprav je vse v tvoji glavi. Vse je odvisno od tebe. Moraš se samo skoncentrirati, dobro splanirati in urediti.

Sreča se namreč skriva v malih stvareh. Korak po korak. Zaporedje malenkosti te pelje v zadovoljstvo.

Oseba, ki je zadovoljna in stabilna, ima edina možnost planirati svojo prihodnost.

Dokler imaš v glavi kaos, so vsi plani in razmišljanja o prihodnosti nerealni, in obstojiš na mestu, ... na mrtvi točki.

S svojo stabilnostjo in potrpežljivostjo gradiš svojo samozavest.

Gradiš delček za delčkom, in svoje želje in cilje spremeniš v delo.

Vsaka tvoja nova želja postane tvoja nora izkušnja. Delaš na tem, da uresničiš svoje želje in cilje, hkrati pa s tem delaš tudi sam na sebi.

Ljudje morajo delati na sebi celo življenje. Učijo se, in se trudijo uspeti na hitrejši in lažji način ter priti do svojega končnega cilja.

Neznani vir

MIJENJAM SE

Sam si režiser svog života. Posloži scene i kreni dalje, ali ovaj put bez greške. Činjenica je, da smo krivi. Poanta je, da prihvatimo odgovornost za svoje postupke. Poanta je, da promijenimo obrazac svog ponašanja.

Bitni koraci su:

- priznati kaznjeno djelo
- imati osjećaj krivde
- pokajat se, imati grižnju savjesti
- prihvatiti svoju kaznu

Kad savladaš ove korake, shvatit ćeš i svrhu kažnjavanja.

Prati me osjećaj krivde. Smatram, da je sam osjećaj krivde u ovom slučaju pozitivan, jer me gura dalje. Gura me naprijed. Želim postati bolja osoba. Želim dokazati, da to mogu.

MORAM, MOGU, ŽELIM I KRAJ!

Stavljam osjećaje na papir, slika mi postaje jasnija. Dodavanjem motivacijskih poruka sve zaokružujem u cjelinu, sve ima više smisla.

Suočena sa svim gore navedenim zapravo izlazim na pravi put. Sve što za sada želim je ostati na pravom putu.

Ovo je razuman, zdrav i pozitivan stav.

Krajnji izhod ovih stavova me u konačnici vodi do zacrtanog cilja, a to je sloboda.

Predamnom je široka lepeza mogućnosti. Ja biram pozitivan stav.

Velik broj faktora utječe na tjeke izdržavanja moje kazne. Spremna sam.

Spremna sam uhvatiti se u koštac sa svime što mi ide u susret. Spremna sam poštivati sve odredbe i pravila. Spremna sam boriti se za sebe i svoju obitelj.

Trenutno se nalazim u fazi promjene. Radim na sebi.

Isprepliću mi se prošlost, sadašnjost, budućnost.

Analiziram prošlost, ali ju ostavljam iza sebe.

Zarobljena u sadašnjosti planiram budućnost. Sad pokušavam

izgraditi zdrave temelje za bolju budućnost.

Misli mi lete sto na sat. S vremenom na vreme se koncentriram i kockice slažem u hodu. Slažem ih jednu po jednu uz puno strpljenja.

S vremenom ću složiti cjelinu, ali prije svega moram uložiti još puno truda.

Kada mi stres nagriza zdrav razum, pokušavam biti realna i ostati pozitivna.

Optimist sam u duši. Svejedno nije mi uvijek lako.

Borim se ...

Trudim se ...

Znam, da ću uspjeti jer ne odustajem ...

Prevod: Maja S.

SPREMINJAM SE

Mi smo režiserji svojega življenja. Postavi scene in pojdi z življenjem naprej, toda takrat brez napake. Dejstvo je, da smo krivi. Smiselno je, da sprejmemo odgovornost za svoje postopke, in smiselno je, da spremenimo način svojega obnašanja.

Pomembni koraki so:

- priznati kaznivo dejanje
- imeti občutek krivde
- se pokesati za svoje dejanje
- sprejeti svojo kazen

Ko sprejmemo vse te korake, potem lahko razumemo tudi namen kaznovanja.

Spremlja me občutek krivde. Mislim, da je ta občutek krivde pozitiven, saj me poriva naprej. Čelim postati boljša oseba. Želim dokazati, da sem lahko boljša oseba.

**MORAM, SEM LAHKO, ŽELIM ...
IN KONEC!**

Svoje občutke pišem na list papirja, in slika mi je jasna. Z dodajanjem motivacijskih sporočil oblikujem svoja razmišljanja, in vse dobiva smisel.

Soočena z vsem zgoraj navedenim pravzaprav začenjam svojo pravo pot v življenju. In trenutno si v življenju želim samo to, da ostanem na pravi poti.

To je razumno, zdravo in pozitivno razmišljanje.

Razmišljanje v tej smeri me na koncu pelje do načrtanega cilja, in to je svoboda.

Pred mano je pahljača različnih možnosti. Jaz sem si izbrala pozitivne odločitve in razmišljanja.

Ogromno različnih stvari vpliva na moje prestajanje zaporne kazni. Pripravljena sem.

Pripravljena sem se prilagajati vsem stvarim, ki mi tu pomagajo. Pripravljena sem upoštevati vsa pravila in navodila. Pripravljena sem se boriti za sebe in za svojo družino.

Trenutno se nahajam v obdobju sprememb. Delam na sebi.

Prepleta me preteklost, sedanjost in prihodnost.

Predelujem preteklost in jo puščam za sabo.

Ujeta v sedanjost, planiram prihodnost.

Poskušam zgraditi zdrave temelje za boljšo prihodnost.

Misli mi letijo sto na uro, včasih, ko se skoncentriram, mimogrede zložim kocke življenja. Zlagam jih eno po eno, z mnogo vztrajnosti in potrpljenja.

Počasi jih bom zložila v celoto, a do tam je še dolga pot in vložiti bom morala veliko truda.

Ko me objame stres, in mi grize zdrav razum, poskušam ostati realna in pozitivna.

Po duši sem optimist. A vseeno mi ni vedno lahko.

Borim se ...

Trudim se ...

Ne bom odnehala, in zato vem, da mi bo uspelo.

MOJA ZGODBA

Bil je december. Zame najlepši mesec v letu, a kaj, ko sem čakala na pošto iz sodišča. Z mojo družinico smo postavili smrekico in okrasili stanovanje. Tisti vikend smo počeli vse kot ponavadi počnemo na Božični večer. Imeli smo se zelo lepo, vendar nisem bila mirna, velikokrat so mi prišle solze v oči, saj sem vedela kaj me čaka. Prišel je ponedeljek 9. december. Zunaj je padal dež. Cel dan sem nestrpno čakala poštarja in kot nalašč ga ni in ni bilo. Ob 16. uri nisem več zdržala in odšla sem pred blok. Kmalu se mi je pridružil tudi moj mož, stisnil me je k sebi brez besed, samo držal me je v svojem objemu. Nato sem zaslišala glas motorja. Prišel je poštar. S solznimi očmi sem ga vprašala ali ima pošto zame in odvrnil mi je, da ima in da je pošta za podpisati. Vedela sem. Z možem sem odšla v stanovanje, objela svoje otroke, mož je odprl pošto, me pogledal s solznimi očmi, prijel me je za roko in skupaj sva odšla v sobo. Zjokala sva se, solze so tekle same. Nato sem poklicala svoje starše in jim sporočila novico. Tega večera ne bom pozabila nikoli. Spakirala



sem stvari, z otroci smo se pogovorili o vsem, nato pa smo skupaj pogledali družinski film. Posločila sem se od otrok. To je bil najtežji večer v mojem življenju. Prišel je dan 10. december. Z možem sva odšla še do babice in dedka. Skupaj smo spili kavico, nato pa je prišel čas slovesa. Z mami, očijem in z možem smo odšli proti Igu. V avtu je vladala čista tišina. Ko smo prišli do gradu pa so se ulile solze. Do nas je prišla paznica in nam namenila lepe besede. Posloviti sem sem morala od ljudi, ki jih imam najraje. Kako? Zakaj? Tisoč vprašanj sem imela v glavi. S solznimi očmi sem gledala, kako so se odpeljali, jaz pa sem odšla na kapijo. Paznice so me želele pomiriti, bile so zelo prijazne, vendar kaj, ko so solze tekle same. Po celotni proceduri sem prišla v prehodno sobo. Kmalu se mi je pridružila še ena punca, ki je ravno tako prišla tisti večer. V sobi je vladala tišina, vsaka je bila v svojih mislih in vsaka je čisto tiho zlagala svoje stvari v omaro. Ko se je zadeva malo umirila, sva se pogledali in pričeli s pogovorom. Odšli sva v kafetarno na cigaret. Ko sem odprla vrata kafetarne, so se vsi pogledi uzrli v naju. Punce so nama prijazno ponudile pros-

tor, kjer sva lahko sedeli. Počasi smo se začele pogovarjati, skadile cigaret, nato pa odšle v sobe, saj je bil raport. Tisti večer nisva več odšli v kafetarno. Ulegla sem se v posteljo in začela razmišljati o svoji družinici. S solznimi očmi sem zaspala. Prišlo je jutro. Poslali so me k zdravnici na pregled, dobila sem svojo številko za pošto in geslo za telefon. Hitro sem poklicala domov, da sem slišala svojega moža in svoje otroke. Zjokala sem se ter prosila moža, naj pride po mene, čeprav sem vedela, da to ni mogoče. Minil je teden in prišla je sobota. Poklicali so me, da imam obisk. Hitro sem stekla v razgovornico in objela svojega moža in svoje starše. 1-urni obisk je minil zelo hitro. Poslovili smo se in odšla sem s težkim srcem in solznimi očmi nazaj na trakt. Dnevi in tedni so minevali in počasi sem se privajala na nov način življenja. Opravljala sem svoja dežurstva in s puncami smo se lepo razumele na zaprtem režimu. Veliko so mi pomagale in stale ob strani. Vendar pa je bolečina rasla iz dneva v dan, saj sem bila ločena od svoje družine, ki mi pomeni vse na tem svetu. Prišel je februar in selili so me na

polodprti režim. Bila sem zelo vesela, saj sem vedela, da bom imela obiske v parku, hkrati pa me je bilo zelo strah, saj nisem vedela kaj me čaka, kako me bodo punce sprejele, saj nismo imele kaj dosti kontakta, ko sem bila na zaprtem režimu. Ko so me preselili na polodprti režim, sem opravila zdravniški pregled in varstvo pri delu.

Začela sem delati v kuhinji. Na polodprtem režimu sem spoznala tudi malo slabšo plat zapora. Soočila sem se z govoricami, konflikti, vendar sem za določene punce res hvaležna, saj so mi z marsikaterimi nasveti, pogovori odprle oči, mi dale misliti, da se moraš naučiti ne reagirati, znižati glas, predvsem pa, da si raje tiho in si misliš svoje, saj se tako izogneš konfliktom. Vem, da ne morem biti všeč vsem, vendar vem, da se trudim, da sobivam z vsemi, kar se da lepo, čeprav je včasih to zelo težko, saj je bolečina še vedno zelo močna, ker nisem s svojo družino. Ko sem začela delati v kuhinji sem pričela s 5-urnimi obiski zunaj zavoda. Tega sem se res zelo razveselila, hkrati pa mi je bilo zelo težko, saj sem vedela, da sva brez avtomobila in da bodo te obiski zelo težki za mojo družino. Hvaležna sem za svojega moža, ki mi res v vseh najtežjih trenutkih stoji ob strani. In niti za trenutek mi ni obrnil hrbta oziroma me ni pustil na cedilu. Prišel je k meni z vlakom na 5-urni obisk skoraj vsak vikend. V nahrbtniku je prinesel s seboj nekaj za pojedino in odšla sva peš h konjem. Tistih 5 ur mi je pomenilo vse, saj sva bila skupaj, je bila pa praznina

še vedno prisotna, saj nisem videla otrok, toliko kot bi si želela, saj je bila pot za otroke prenaporna. Marca je prišel COVID-19, virus, ki je na glavo obrnil marsikatero življenje, tako naša v zavodu kot tudi zunanja življenja ljudi. V zavodu se je začela vsakodnevna napetost, vsakodnevno spremljanje poročil, nismo vedeli kaj nas čaka, vedeli smo samo kar so povedali pri poročilih, kar pa ni bilo nič obetavnega. Takrat smo si želele samo, da bi nekdo prišel do nas in nam iskreno povedal kaj sledi, saj bi nas s tem pomiril. Zgodilo pa se je to, česar smo se vse punce zelo bale. Neko popoldne je paznica prišla do nas ter nam sporočila, da se zavod zapira, da nihče ne gre več ven in nihče notri. Sesulo se je vse. Solze so začele teči. Kako bo zdaj? Koliko časa ne bomo videli svojih družin? Tisoč vprašanj se je porajalo po glavi. Takrat smo si res želele, da bi dobile odgovore na vprašanja, ki se nam porajajo, da bi bile deležne kakšne pozitivne, iskrene besede od zavoda. Vendar ne, dobile smo negotovost do zadnjega dne. Vedele smo samo, da gremo na prekinitev. Kdaj? Kako? To nam ni povedal nihče. Ko je bila napetost med puncami že res zelo visoka, so punce poklicale gospo direktorico, ki je prišla v

učilnico. Tam smo ji povedale prav vse kar nas je težilo in končno smo dobile odgovore, da smo se pomirile, saj smo vedele kako naprej. Prišel je dan, ko smo odšli na prekinitev. Doma smo ostale zaradi COVID-a 2 meseca. Vem da zato, ker smo bile doma, se nam je kazeno podaljšala, vendar meni ni žal, da sem odšla domov. Hvaležna sem za ta dva meseca, ko sem lahko bila doma, da sem nadoknadila čas s svojimi otroci in svojim možem. Po dveh mesecih pa je bilo konec. Treba se je bilo soočiti z realnostjo in se vrniti nazaj v zavod. Občutki so bili zopet enaki kot prvi dan, ko sem odšla na prestajanje. Tisti večer, ko smo prišle nazaj se je videlo, da kljub smehu, ki smo ga imele na obrazu, ni bilo vse tako veselo, čutiti je bilo žalost. Vsaka punca je bila s svojimi občutki, s svojimi mislimi. Ampak pogumno smo zakorakale v življenje, ki nam je dano v zavodu. Kmalu je bila konferenca in izvedela sem, da avgusta začnem z izhodi domov. To mi je dalo nov zagon in motivacijo za naprej.

Vsaka punca ima svojo zgodbo.
Vsaka punca bi lahko napisala svojo knjigo. Življenje nam postavlja zelo težke preizkušnje, vendar vem, da na koncu bo vsaka izmed nas zmagovalka, saj vem, da bomo vse zmagale v tej bitki in bo za vsako izmed nas posijalo sonce, ko bomo zmagovalno in pogumno, predvsem pa močnejše kot kdajkoli prej zakorakale iz zavoda na svobodo in bo za zmeraj končana ta nočna mora ter bo vsaka izmed nas začela pisati novo in lepšo zgodbo življenja!!!



Neznani vir

MOJE ŽIVLJENJE V ZAPORU

Ko sem bila stara 59 let sem bila v zaporu 3 leta.

Sodba: 4 leta in 2 meseca zapora, zaradi storitve 34 majhnih tatvin šminke, cunje, priboljške.

Po pogojnem odpustu, po treh letih sem bila kar zadovoljna, ker me ni vleklo, da bi kaj ukradla. Mislila sem, da sem »ozdravela«.

Pa je po dveh letih spet prišel trenutek, da se moram čustveno pomiriti. Ukradla sem čudoviti plašč iz kašmirja. Imel je vrtoglavo ceno in to mi je bilo najbolj všeč. Odnese sem ga iz butika, kjer mi je prodajalka dejala: »pridite še kdaj gospa, morda se bo našlo kaj za vas,« ...

Oglasila se mi je vest, začela sem razmišljati: »Bog ve, če je ta prodajalka tisti dan kaj prodala, jaz pa ji še odnesem plašč za 400 €.« Plašč doma oblečem in ugotovim, da mi sploh ne pristoji!!! Kaj sedaj? Brez veze bo ležal kje v omari, prodajalka v trgovini pa bo ugotovila, da plašča ni, da ga je nekdo ukradel. Sedem za mizo in na bel kos papirja

napišem »Draga gospa, tukaj je vaš plašč, ki sem vam ga včeraj ukradla. Zelo mi je žal. Jaz sem na nek način bolna, sem kleptomanka.«

Plašč dam v vrečko, priložim pismo in grem v omenjen butik. Vrečko s plaščem odložim pri pultu, ko mi ista prodajalka reče: »Dober in lep dan gospa, morda pa boste danes našli kaj zase.« Naredim se, da gledam stvari, oblačila, ko rečem »hvala, na svidenje« in zapuščam butik. Prodajalka priteče za menoj. »Gospa, pozabili ste vrečko!« Rečem: »Ta vrečka je vaša.« Začudena pogleda vanjo, odpre pismo in začne brati, reče: »Kaj, je to mogoče? Prinesli ste mi plašč nazaj? Toliko stvari so mi že odnesli, kaj takega pa še ne. Gospa hvala vam sto-krat, ampak vi ste res bolna, pojdite se zdravit.«

Odšla sem in bila zadovoljna, da sem se rešila tega »odnešenega« bremena.

No pa se je zopet začelo. Najprej v špeceriji, »oh kako lepo meso, bom naredila dunajske zrezke in paradižnikovo solato.« Meso sem za ovinkom spravila v torbico. Ni bilo dovolj. Rabim še vino in nekaj sladkega. V torbo stlačim še

buteljko in dve čokoladi. Zapustim trgovino, brez problema. In začele so se tatvine na dnevnem redu, dvakrat na dan, zjutraj za kosilo, popoldan za večerjo. Nič me ni bilo več strah. Odšla sem v trgovino z oblekami. Izbrala sem najlepšo in seveda najdražjo cunjico. Uživala sem kako bom naslednjega dne super oblečena.

Ko je mož ugotovil, kaj se dogaja, je ponorel. Zabičal mi je, da me bo postavil pred vrata, če mislim tako nadaljevati. Nič ni pomagalo. Hotel me je prijaviti, pa ni zmožgel, ker sem se mu smilila. Rekel je le: »zagotovo boš spet na Igu.« In tako je tudi bilo. Kamere so me po trgovinah večkrat posnele, podali so kazenske ovadbe, sledilo je zopet sojenje, kratke kazni, po 5 mesecev.

Sedaj sem na Igu že petič. Vedno ista zgodba. Svoja dejanja lahko še tako obžalujem, pa iz začaranega kroga ne morem.

Bojim se prihoda domov, kjer bom našla propadlega pijanca, svojega moža, ki sem ga spravila tako daleč.

Prej je bilo vsega preveč, sedaj vsega premalo. Obubožala sem, ker so mi vsi socialni transferji zaradi zapora prekinjeni.

Razmišljam o smrti, pa nisem dovolj hrabra, da bi si kaj storila.

Ljudje me obsojajo, da bi se najraje preselila v drug kraj, nimam več moči.

Sama sebi se zdim grda, nemogoča. Uživam pomirjevala. Tudi ta si moram kupiti na črnem trgu, ker mi jih zdravnik ne predpiše. Pravi, da sem zasvojena. Drži, vendar mi je življenje brez njih strašno.

Mož, alkoholik me sedaj pošlje v trgovino in če kaj ukradem mu je vseeno, samo da ima za pijačo.

Kakšen bo najin konec?



Neznani vir

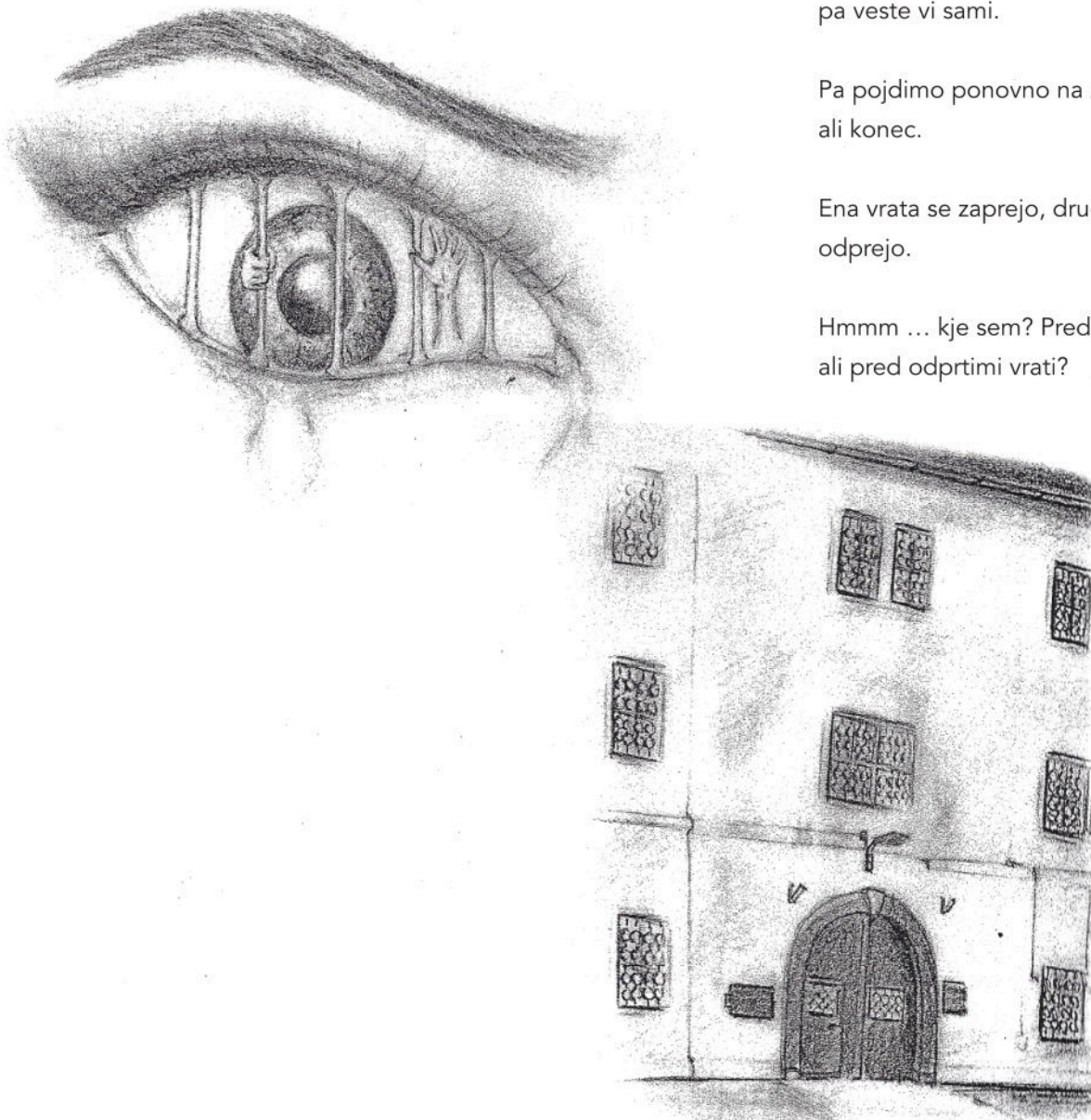
**VRATA SE ODPREJO, VRATA SE
ZAPREJO**

Vsi smo že velikokrat slišali ... »Ko se zaprejo ena vrata, se odprejo nova!«, »Če se je tako zgodilo, se je zgodilo z razlogom!« ... in še veliko vsega. Ja ,eni menijo »eh, kakšna solata«, »nesmisli«. Eni iz tega izlečejo nauk zase, eni preslišijo, pozabijo, ... Smo pač različni. Kaj vsak od vas razume, pa veste vi sami.

Pa pojdimo ponovno na začetek – ali konec.

Ena vrata se zaprejo, druga odprejo.

Hmmm ... kje sem? Pred zaprtimi ali pred odprtimi vrati?



Ja, res sem se v prvih 14-ih dneh bivanja v tem »gradu« vprašala natanko to. Razlage in odgovori prihajajo počasi in vztrajno. Najprej sem bila mnenja, da so vrata zaprta. Ojoj, kaj vse sem premlevala. Nato sem poklicala svoje vedro in sončno bistvo same sebe in si rekla: »Ne, sem pred odprtimi vrati!« ... in naslednji teden spet pred zaprtimi itd. Joj, joj, od tega odpiranja in zapiranja je nastal pravi prepah ... in bum, ugotovim, da obstajajo tudi tista vrteča se vrata. Saj veste, ko greš v kakšno veleblagovnico, stopiš v krog in vrata se pred teboj odprejo, za teboj zaprejo. Ha, ha, sem si mislila. Seveda, to je to. Trenutno sem pač v tistem majhnem prostoru, a mehanizem je »zatrokiral«. Moram jih potisniti ali pa jih potisne nekdo za menoj, ampak na drugi strani vrtečih vrat. Eni želijo ven, drugi noter in tako vse teče naprej ... in vrata se odpirajo in zapirajo. Če se komu mudi hitro, se drugim počasi. Določeni se v ta vmesni prostor spravijo kar vsi naenkrat. Delajo majhne korake in gredo naprej ... noter ali ven. Kjer sem, znotraj ali zunaj? Ja, dragi Sokrati, Freudi ... in še veliko njih, ... kje sem, kdo sem, kam grem, zakaj grem, kako grem, s kom grem, ... kup vprašanj. Odgovori? Še več jih je. So pa vsi prilagojeni okolici. Odgovoriš, kar želijo slišati drugi, da se rešiš nadaljnjih vprašanj in spet stojiš pred vrati.

Nato me prešine: Ali me poznate?

Hja, veliko znancev in prijateljev je ostalo pred vrati moje duše, srca. Priznam, bi je prepah, velik prepah, večinoma so moja vrata duše delovala že kot ventilator »na ful«, pa ni bilo takšne vročine. Od silnega delovanja so vrata začela škripati. Nujno so potrebovala popravilo.

In? Prišla sem v grad, sem k vam vsem. Vrata so se ustavila. Veliko jih je hitro našlo izhod, veliko »ta pravih« je ostalo globoko v moji duši. Nekaterim novim pa so se vrata počasi odprla.

Vsi tukaj ste me naučili, da je duša vhod v srce, moje srce in da ta vhod ni za vsakogar.

Za tiste, ki pa je to »olje« za podmazovanje in tekoče odpiranje vedno pri roki, ostajam takšna kot sem in z vsemi rastem v novo, pokončno in predvsem ponosno osebo.

Hvala vam vsem in vedno, vedno boste iz mojega srca slišali smeh, veselje in veliko volje do življenja.

Sabina Đ.

ZPKZ IG – NEKOČ IN DANES

Načeloma o zaporu ne rada pišem, a sem za naš časopis naredila izjemo, da malce opišem lško rutino ter kako se je ZPKZ v 10-ih letih, v katerih sem se oziroma se vračam – spremenil, tako videz kot hišni red nista več enaka.

Če potegnem črto in seštejem vse pluse in minuse, lahko rečem, da so se zadeve spremenile na bolje. Nekaj »drobnih« zadev pa vsee- no pogrešam – najbolj odprtost samih paznikov in občutek strpnosti v zavodu. Sedaj se (pazniki) ne smejo (pre)dolgo pogovarjati z nami ali posedati na dvorišču. Seveda pa so vedno dostopni, če smo v stiski ali potrebujemo pomoč.

Tudi odbojke – razen na vsako- letnem turnirju – ne igrajo več z nami, ali nam pokazati kakšno vajo v telovadnici.

Vrata se sedaj vestno zaklepajo. »Nekoč« smo na sprehod prišle in šle, kakor nas je bila volja – seveda ob določeni uri. Sedaj se morajo ženske, ki želijo ven, skupaj zbrati ob istem času, kjer se jim odklene »trakt« in gredo dol. Paznik ali paznica je vseskozi

prisotna na dvorišču – tudi to nekoč ni bila »redna« praksa.

Bile smo tudi bistveno bolj »povezane« med seboj, resnično je bil prisoten občutek skupnosti. Seveda smo se skregale in se nismo vedno strinjale, a zahrbtnosti, ki sem ji priča v današnjih časi, nismo poznale. Sankcije so, kakršne so, pa vendar se spomnim, da so včasih (npr. sankcija »šipa« - obiski za pregrado) »vlekli« v nedogled, čeprav NAJ bi trajala le dva meseca. To so lahko naredili zaradi besed »predvidoma«, »načeloma« in podobno. Sedaj to nekako »bolj štima«.

Za zaprti rešim je več sprehoda, imamo »odprti oddelek«, polodprti pa tudi ima ogromno sprehoda oziroma bivanja na prostem – praktično VES DAN!

Imamo psihologinjo in socialno delavki, celo pravnico! To so včasih bila zgolj prazna delovna mesta. Vse to se je začelo spreminjati, ko se je »zamenjala« uprava, MISLIM, da leta 2015, morda 2016, ...

Malce bolj smo »izenačene« z moškimi zapori, čeprav imamo

bistveno bolj »sproščen« režim. Pri moških je prestajanje kazni kot pripor. To pomeni, da so 22 ur na dan (z izjemo delavcev) zaklenjeni v sobah, 2 uri pa imajo sprehoda. Me smo cel dan odklenjene, kadimo v »kafetarnah«. To je dnevni prostor, v katerem so tudi TV in hladilnik, ter kuhalnik za kavo in čaj.

Jaz imam sedaj sicer »luksuz« - pravijo nekatere, ki ne pomislijo, da za to sobo v pritličju plačujem z VSAKODNEVNIMI in CELODNEVNIMI bolečinami in gibalno oviranostjo. MENJAM SOBO ZA ZDRAVO NOGO!

»Luksuzna« naj bi bila zato, ker imam notri svoj TV, hladilnik, kuhalnik in veliko, invalidom prilagojeno kopalnico. Soba je nova – narejena posebej za gibalno ovirane osebe, in sicer v septembru 2022.

Naj omenim še eno super zadevo. V zavodu imamo Telekom – cca. 100 TV in radio programov in celo časovni zamik!

O tem smo tukaj nekoč lahko samo sanjale. Kar na smeh mi gre, ko se spomnim, da smo imele samo 6 TV programov! Tudi hrana je (MALO) BOLJŠA in kanček bolj

raznolika. Velikokrat slišim sotrpinke, ki se pritožujejo nad tem in onim ... da hrana in OK, da ventilator slabo dela in podobne majhne zadeve, ...

Ne vem, kako bi takšne osebe sploh preživele tukaj nekaj let nazaj, ko je fitnes bil le majhna sobica s kolesom in leg magicom, sedaj pa spominja na pravo telovadnico z veliko napravami, loparji in žogami. Vsekakor ni tako grozno kot mislijo laiki – tisti, ki ne poznajo zaporov/zapornic, ali pa »gospe«, ki tukaj »komaj« živijo. Morda se vam zdi, da zavod kujem v zvezde. Morda ga tudi res, saj JAZ, če me ne bi zaprli, ne bi bila več med živimi. Seveda me moti še marsikaj, a mislim, da ni tako hudo, kot pravijo.

»Živ čovjek na sve navikne« pravi moj oče.



Sabina Đ.

MALE VELIKE ZMAGE

Kot nekateri že veste, sem trenutno »gibalno ovirana«. Imam najhujšo obliko artroze (obrade) kolka. Do tega je pripeljal tako imenovani septični artritis – koksitis. Dovolj strokovnih izrazov. Da vam opišem, kaj sem prestala in se iz tega naučila. Enjoy :-)

V ZPKZ sem prišla komaj živa, močno podhranjena, »nakrizirana« in z ortopedskim pripomočkom za hojo – po domače »berglo«. Ko so me pripeljali, že več dni nisem jedla. Po enem mesecu bivanja v priporu pa so se mi sklepi – kolk tako vneli, da sem po nekajkratnem obisku urgence pristala na invalidskem vozičku in v plenica (kakšno ponižanje!). Dneve, tedne sem objokovala »izgubljeno« nogo oziroma mobilnost, samostojnost. Zapadla sem v depresijo.

Sama nisem mogla praktično nič. Nisem mogla v posteljo in iz nje na voziček, ponoči sem imela plenice, ker nisem mogla vstati na potrebo. Nisem se mogla sleči, kaj šele obleči ali obuti! Brez analgetikov in metadona sploh nisem mogla iz postelje. Zaradi bolečine sem ponoči kričala in jokala kot dojenček.

Moja »cimra« me je umivala z robčki in mi menjavala plenice. Vedno ji bom hvaležna, saj ji tega RES ne bi bilo treba delati. To naj bi bilo delo zdravstvene službe. Tudi oblačila me je in mi menjavala posteljnino ter me včasih namesto medicinske sestre, peljala pod tuš – za vikende, ko zdravstvenega osebja SPLOH NI!

Približno 3 tedne sem umirala na obroke. Nič kolikokrat sem razmišljala, kako si vzeti življenje. Bila sem UJETA – ne v ZAPORU – SAMA V SEBI, ... Grozen občutek, ki ga, vsaj upam, razumejo ljudje v podobnih situacijah.

Spraševala sem se, kako dolgo bo to še trajalo? Luč na koncu tunela jem, čeprav šibka – obstajala (IN JE ŠE! 18 MESECEV ŽE ČAKAM). Dolgo, a pogoj za operacijo je, da sem psihofizično »fit«. Tako sem se odločila, da MORAM ojačati in se nehati utapljati v samo-pomilovanju. Malo po malo sem začela delati na sebi.

To je RES šlo počasi. Najprej sem začela jesti. Nato pa delati na samostojnosti. Prava zmaga je bila, ko mi je uspelo SAMA priti v posteljo in celo iz nje! Ta le »filing« mi je dal zagon in tako so se začele moje MALE VELIKE ZMAGE. Po kakšnem mesecu sem se dovolj ojačala, da sem vstala pred jutranjo terapijo – JA TUDI TO JE zmaga, čeprav se morda komu ne zdi. Zavod je pridobil napravo, na katero se je pritrdil invalidski voziček in so me z njo lahko peljali po stopnicah, da sem lahko šla na sprehod. Sonce in zrak sta mi dobro dela ... Včasih sem celo VSTALA – seveda na »berglah« in naredila korak ali dva (mišji koraki)! Šele, ko izgubiš mobilnost, zdravje, se zaveš, kako malo cenimo takšne stvari. Jemljemo jih kot samoumevne, danes se tega prekleto dobro zavedam ... Ena največjih malih

zmag je bila, ko sem PRVIČ SAMA obula nogavico – brez skrbi. Prav ste prebrali. To je zame bil nek »mejnik«. Nogavice. Skoraj VSAK dan pomislim na ta mejnik, ... Najbrž zato, ker je to TAKO ZELO SAMOUMEVNA stvar. A jaz sem potrebovala par mesecev, da sem lahko to storila. Biti tako gibalno ovirana, me je med drugim naučilo tudi POTRPEŽLJIVOSTI. Sedaj zadeve, kot so obuvanje in podobno, ne jemljem več samoumevno. Še vedno mi vzamejo več časa, kot mobilnim osebam, a gre. Vse postorim SAMA, pa čeprav mi vsakdanja opravila vzamejo precej časa. Vsak dan pometem in pobrišem tla, si skuham kavo, se oprham, ... in se spominjam časov izpred enega leta, ko sem bila popolnoma nemočna. Cenim majhne stvari, trenutke brez bolečin (ki so redki) in dneve, ko lahko prehodim 20 minut brez pavze. To so MALE VELIKE ZMAGE. Še vedno čakam na operacijo. Skoraj sem že pozabila, kako je biti brez bergel.

Pridejo tudi slabi dnevi. Ker rada »športam« oziroma sem, mi gre včasih prav na jok, ko gledam

druge zapornice igrati odbojko ali badminton, medtem ko si jaz sama še kave ne morem prinesti. Srce me boli, ko se grem v fitnes raztegnit in vidim ženske izvajati jogo ali meni tako znane vaje, ...

A prišel bo dan, ko bom spet tam. Le trajalo bo. Pomislim na tiste, ki tega nikoli več ne bodo zmogli, ali pa kako bi bilo meni, če bi bila trajno na berglah? Ni lahko, sploh ne. A obstaja upanje, in še MALE VELIKE ZMAGE, ki me čakajo.

Upam, da ko okrevam, ne pozabim tega obdobja v mojem življenju, kajti tisti, ki pozabi na preteklost, je obsojen na njeno ponavljanje.

Tai Chi

DROBEC UPANJA

Vsaka, ki pride sem v zapor ima svojo zgodbo. Vsaka od njih je drugačna. V vsaki sem in še vedno iščem tisti drobec upanja, da ji lahko uspe, le če bo sama pripravljena, da ji uspe. Jaz sem jim in jim še vedno poizkušam pomagati, da jim krepim tisti drobec upanja, ki ga imajo v sebi.

Že kar nekaj let nazaj je prišla gospa srednjih let. A njena hoja je bila počasna, okorna in nesigurna. Videla sem, da je vsak njen korak muka in težava za njo in njeno ogromno telo.

A imela je tisti drobec upanja.

Kako sem vedela, da ga ima? Čisto preprosto ... bila sem na sprehodu in opazovala.

Glede na njeno stanje in zdravje, sem jo začela vzpodbujati, da naj hodi. Sprva en krog po dvorišču, katerega je le s težavo naredila. Šla je počasi, nesigurno, okorno ... a je šla. Mislila je, da mora, ker sem ji rekla. Vsakič je na sprehodu naredila več krogov, ker je mislila, da mora. Podvig je bila tudi hoja po stopnicah. Sprva so bile njene roke bele od primeža za ograjo,

saj se jo je oklepala, da je prišla gor ali dol. Ampak je šla. Tako so tekli meseci in ni izgubila tistega drobca upanja. Telo se ji je začelo počasi spreminjati, njen korak je bil hitrejši, bolj siguran. Tudi po stopnicah je šlo lažje in ograje se ni več oklepala kot zadnje rešilne bilke na tem svetu. Zdravje se ji je začelo vračati, zaradi tistega drobca upanja, ki ga je imela v sebi. Spregovorili sva mnogo besed, čutila je, da mi lahko pove in zau- pa, a njenih besed ne bom obrnila proti njej. Prišel je tudi dan, ko je lahko odšla na poseg, da za vselej spremeni svoje ogromno telo in postane zopet takšna, kot je bila pred tem. Še vedno je imela tisti drobec upanja, da ji uspe, da se spremeni. Jaz pa sem jo spodbujala, da bi ji uspelo. In uspelo ji je.

Ni bila kot večina, ki pride v zapor ter tu obstanejo in samo čakajo, da njihov čas tukaj mine. Ne naredijo ničesar na sebi, se ne razvijajo in samo pričakujejo, da se bo samo od sebe spremenilo na bolje in da bodo drugi poskrbeli, da se rešijo njihove težave.

Ona pa je vztrajala, se udeje- stvovala in sodelovala, kjer je bilo možno. Drobec upanja je rasel

in bil vedno močnejši. Postala je drug človek. Vedra, na momente tudi pikra z besedami do drugih, ki so le čakale, da mine njihov čas tu. Spopadala se je s svojimi problemi in težavami, jih začela reševati. Vsakič, ko je imela možnost se mi je zahvalila, da sem se trudila z njo. Uspelo ji je in ravno zaradi takih primerov, se je vredno truditi. V večini primerov žal ne uspe, ker nimajo tistega drobca upanja. Ona ga je imela, zato ji je uspelo. Vesela sem, da sem lahko bila del njene zgodbe s tem, ko sem ji lahko pomagala, da je vztrajala in da ji je uspelo.

To daje smisel, da sem tukaj in da kljub vsemu nasprotovanju, upi- ranju in nesoglasju, včasih pride oseba, ki ima v sebi tisti drobec upanja, ki ji ga pomagamo skupaj okrepiti, da preraste v upanje. In poslanstvo je doseženo zakaj sem tukaj. In tudi jaz imam drobec upanja, da še kakšno uspem pre- pričati, da ima v sebi tisti drobec upanja.

In tudi njen dan je prišel, ko je stopila skozi vrata in zaključila zgodbo tukaj. Meni je ostala nje- na hvaležnost, da sem ji pomaga- la. Njej pa je ostalo upanje, ki je zraslo iz drobca upanja.



Anonimni vir

Ljudje so hudiči,
pokvarjeni biriči,
laži jim drsijo z jezikov
iz oči pa prebliski krvnikov.
Če človeška zloba bi morila
veliko ljudi bi zadušila.
Črne duše v telesih, objemajo se
v nebesih.



Anonimni vir

Malo je ljudi, ki jih imam zares
rada, še manj pa takih, ki imam
o njih dobro mnenje. Čim bolj
spoznavam svet, tem bolj sem
zadovoljna z njim in vsak dan
bolj trdno sem prepričana, da so
človeški značaji kar po vrsti nepre-
računljivi in da se je mogoče le
malo zanesti tako na pamet kakor
na poštenje.

Anonimni vir

Ti, ki si me tako ljubila,
kako si lahko na vse pozabila?
... To bile so besede tvoje,
ki zarezale so se v srce moje.
V moji duši – me duši,
jokala bi, ker več te ni.
Pa vendar s seboj si vzel del mo-
jega srca;
... Le upam lahko, da boš srečen
za OBA!

Anonimni vir

Boli, boli, zelo boli.
Ta laž, ki izustil si jo ti.
Opral se krivde si s telesa,
ki obljubljala so mi nebesa.
Čas beži in bo prinesel svoje.
Takrat me prosil boš,
da naj pozabim na lažne obljube
tvoje.
Ponosno bom zrla ti v oči
in samo spominjala se z grenkobo
najin角度ni dni.

Duška G.

CIRKUS NA IG-U

Tišina na Ig-u
v objemu
glas obeta.

Ko gledamo Vas
kako vrte se Vam
za nas,
le cirkuška nebesa.

Zelo lepo je znati
vse, kar znate Vi
vse, skupina Vaša,
ki kar žari
in tudi s tem na
žarke sončne vpliva.

Vaše vse za nas
ki le občudujemo Vas.

Vaši rekviziti,
Vaši natančno
naučeni gibi,
nam so v ponos,
da zmoremo Vas
pogostiti s kruhki
in pecivom.

Vam na čast
nam za popestritev.

Hvala vsem!

Vsem!

NAJLEPŠI CVET!

Lepa si kot cvet,
kot nebeška Roža.

Če pisatelj
za zalo dekle
to napiše.

Kaj zate naj,
napišem jaz?

Ali si Roža,
le moškega spola?

Katero najlepšo
besedo naj dam
na dan?

Zate, ki svetu
si poznan.

Bi bile te besede,
zate žaljive?

Da rečem ti: »Roža,
cvet moj najdražji?

Ki v dlani,
kot dragulj,
mi drhtiš, svetliš?

SMRT!

Tisti, ki vsemu reče
»NE!« - blesti.

Tisti, ki vsemu pritrdi
je lačen,
da pil bi lastno kri!

Tisti, ki zna oboje
edino lahko spi
ne tlačijo ga more
tudi smrt daleč gre.

A, ker rada ima oboje
ne zaustavita je,
ne – ja, ne – ne.

Le skozi čas
in čas pokaže,
da vrne se
in da opravi, kar zmore
samo ena,
ena sama:
»SAMA SMRT«.

SLADKO SADJE

Jagoda, češnje,
višnje in maline,
sladko sadje
in penina. Rahlo kislá,
a dobro dene.

CHANE!

Pogrešam te
in le zate
gola sedim.

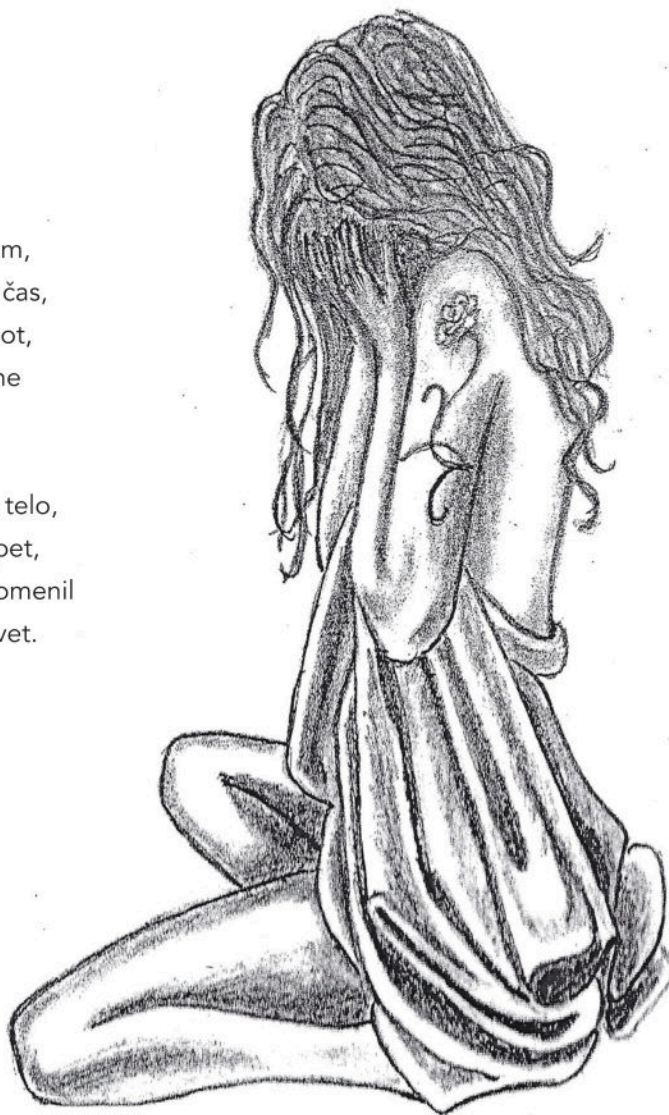
V zasneženo
podgorje
tiho strmim.

Sedim in čakam,
da pride spet čas,
moja prosta pot,
da Amor napne
vate svoj lok.

Da tvoje golo telo,
bo ob meni spet,
dotik, ki bo pomenil
več, kot ves svet.

KO SI SAM

Kako si sam,
ko pada dež.
Kako si sam,
ko lomita se
GROM IN BLISK.
Kako si sam,
ko gre nekdo
z dežnikom sam.



IN PRIŠLI SO NOVCI

Šli so novci
se sprehajati
na GORO.

Tam stali
so visoko
ob previsu.

Ob previsu
so se naslonili
na skalnato grud.

Stali so novci
in zrli v dolino
daleč pod GORO.

Tam so strmeč
videli svet
drugačen, svetleč.

GORA

Če bi lahko
podala si roko,
bi zaplesala skupaj
na GORO.

Tja, kjer ljubezen
še živi in
šteje za nas
en, dva, tri.

JACK (CHANE)

Sonce že je
za obzorjem,
noč se
tiha spušča.

V mislih
te objemam,
dokler ura,
ne bo spet sončna.

Toliko bi rada
rekla Ti,
a ne najdem
besed vseh pravih.

Z mislimi
se poigravam
kako te ljubim
vedno pravim.

Te ljubim!

MISLI, REKI, PSALMI ...

1. Vera je obstoj resničnosti
v katere upamo
zagotovilo stvari,
ki jih (ne) vidimo.

2. Glasba lahko spremeni svet,
ker lahko spremeni ljudi.

3. Aqua fous vitae!
(voda je vir življenja)

4. Kamorkoli greš,
pustiš nekaj za seboj
in nekaj vzameš s seboj.

5. Oh, narobe svet,
kaj veš ti o njem,
poet?

PESEM IŠKI VASI

Brž podajmo si roke,
zapijmo na ves glas.
Z lepo, krasno melodijo
naj odpelje nas v VAS,
kjer so pevke tudi ptice
žvrgolijo na ves glas.

**POLJA TIHIV MAKOVIV
CVETOV**

Polja tihiv makoviv cvetov,
pihlja le lahek veter.

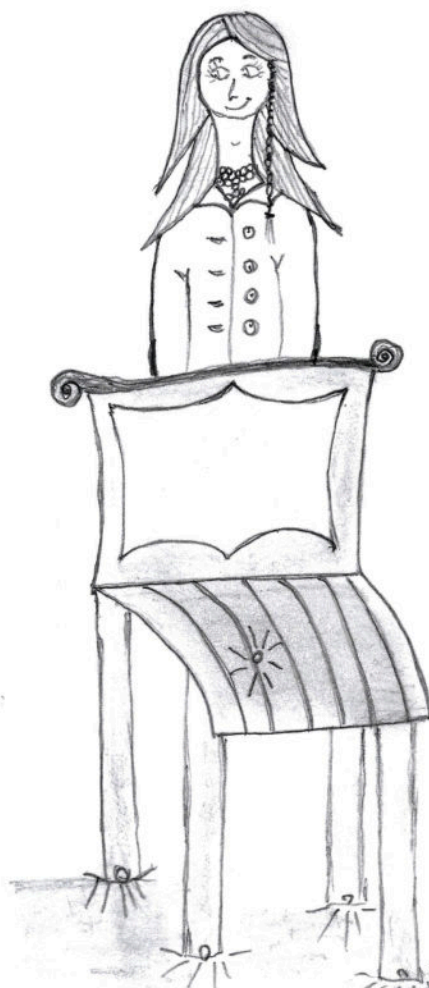
Kako lepo je,
Kako lepo ...

Ne vem,
kako pisati vse.
Ne morem govoriti,
ne morem stati,
niti ne ...

Vse se ruši name,
pada kakor star omet,
s še starejše hiše.

In njiva »zadi« je
ni zlata pšenica zlati,
in med njo makovi cvetovi.

ROŽNI STOL



KJE JE MOJ
= PRESNETI =
= STOL = ?

Ah rdeč,
ali črn,
ali tisti v
kateremu
je zaprčen
= ROŽNI TRN =

D.Y.G.
3

1.23.16.

PESEM O SONČIKI

O, Sončika, o deklica,
 Ukrotila si mi srce ti,
 Ko prvič sem zagledal te,
 Zaxrel n' tvoje se bčj.

Pogled vrnila si mi zal,
 V srcu vsa sem zadrtel,
 ponudila si roko mi,
 katero mežno sem prijel

Držala sva se za roke,
 minute tekle so vsa noč
 zvezde sva preštevata
 a z jutrom morala ni proč.

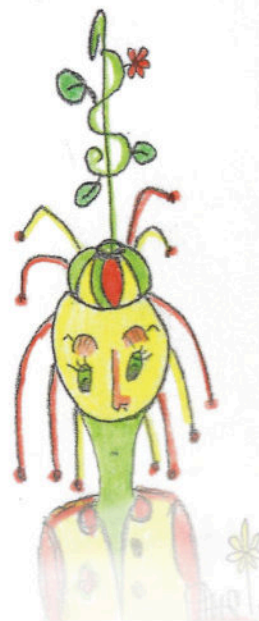
Ko vedel bi, da ni privid,
 ljubezni moje sled,
 da Sonce te poslalo je,
 da mogel bi ljubiti spet.

Tedaj bi dvignil se,
 objel te čez telo,
 PROŠIL bi, preklinjal vse,
 da morem bit s teboj.

Jh, krik bi zvalil iz srca,
 da zmorem spet ljubiti
 Soncu pesem bi zapel,
 da zmorem spet ljubiti.

Sedaj sem sam, ne vidim te,
 a srce misluskujem,
 da tvoje ime Sončika,
 postale spet bi moje.

(17.9.2020., 16)



SMS 1



Speculum Mundi?!

Δ.... Sam sem. Sam.
 Sam in zadščam
 med vsem in vseni.
 Le kako? Le kako ne bi bil?
 Še kot včeraj se mi zdi,
 da smo bili zdravi.
 A, nekaj vse tiho je
 Le poča bučijo.
 Veter piha močno,
 nikjer ni nikogar.
 Le sokoli v letu.
 Le kanje iščejo plen...
 Kaj sedaj? Le kaj bo sedaj?
 Se svet stara?
 Se nam lonijo vrata?
 (17.8.2020. IG) PNB.*

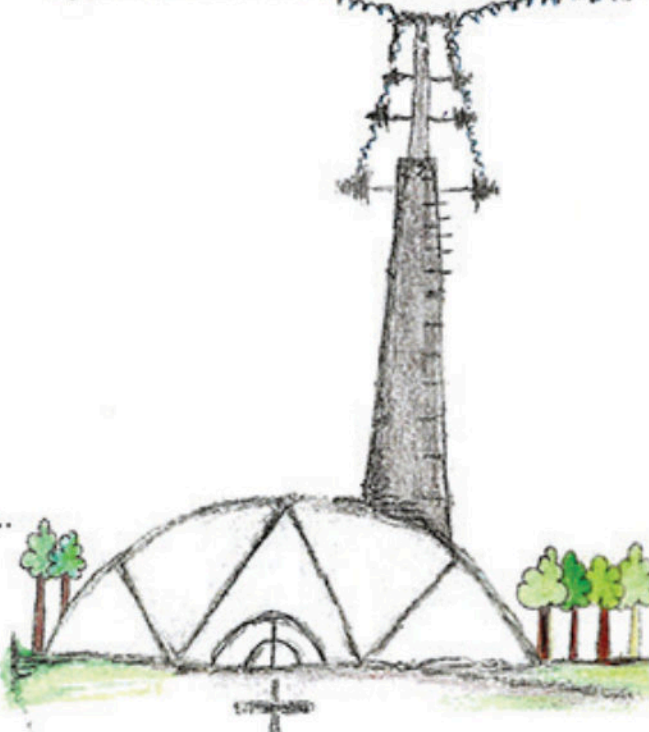
MUNDUS Senescit!

SMS 2

7... Sama sem.
 Sama sem tudi jaz.
 Počuti in se nemočno,
 vplivati na danes, jutri...
 A včasih mi tako slabo
 zaslišati tišino v glavi,
 ki poka.
 Ah, misli sam. Nikoli me.
 Vsaj dokler nisi skovik,
 glas sokolov v letu,
 Vidiš kanje, ki iščejo plen...

(19.8.2020. IG)

PNB.*



Maja S.

37

Naša soba je velika,
v njej so ženske kot se šika.

M. je prava lepotica,
včasih sladka kot potica.

K. knjige piše,
in rada na dopust zбриše.

S. kuharska legenda,
včasih prava je agenda.

U. športa in vrtnari,
in čez življenje uspešno krmari.

I. starejša je gospa,
ki pogosto spati nam ne da.

M. tukaj že deset je let,
že dolgo ni šla na splet.

V simbiozi me živimo,
in se včasih prav nasmejimo.

Prepira v naši sobi ni,
čeprav nas obirajo do kosti.

A me se ne damo,
ker njihove igre ne igramo.

Novih članic se bojimo,
da ne pokvarijo na klimo.

M. danes je odšla,
in na odprtem srečo je našla.

Maja S.

V ZAVODU

V Zavodu bivati je hudo,
vse dokler se ti vrata ne odpro.
V sobah veliko nas živi,
včasih pride do hude krvi.
Glasno je in konfuzno,
včasih prav grozno.

Manipulacij, laži in umazanih iger je na pretek,
zato že v nedeljo čakamo na petek.
Na proste izhode odhitimo,
in si dušo malo sprostimo.
Hišni red postal je zabloda,
vsaka ga po svoje »gloda«.
Nič več ni kot prej,
ko paznik je bil lahko vsaj malo frej.

Zdaj naporno je precej,
vidiš, da bilo bi bolje, da bi šel na licej.
A napaka v življenju drago nas je stala,
življenja tukaj so nam obstala.
Iz tega bomo se naučile,
da življenje bolj bomo cenile.





Maja S.

LEPE MISLI

1. Poskusi si vzeti čas za majhne stvari.

Pogosto so najpomembnejše.

2. To, da ne veš kam greš,

še ne pomeni, da si se izgubil.

3. Reka ne hiti,

pa kljub mnogim oviram,

vedno pride tja, kamor je namenjena.

4. Napake pomenijo, da poskušaš.

Zato ne odnehaj.

5. Želim si, da bi ta trenutek trajal večno.

Ta trenutek je vse, kar imamo.

6. Tisoč kilometrov dolga pot se začne s

skodelico čaja.

7. Dobro poslušaj.

Poslušanje me še nikoli ni spravilo v težave.

8. Nekateri ljudje so kot sveče.

Sami izgorijo,

da ustvarjajo svetlobo za druge.

9. Ta vrt je tako lep ...

Res je ... našla pa sem ga samo zato,

ker sem tolikokrat krenila v napačno smer.

10. Nekomu prisluhniti je nekaj najlepšega,

kar lahko storimo zanj.

11. Včasih je celo najmanjši korak boljši kot to,

da obstojiš na mestu.

12. Kaj naj naredim, če srečam ljudi, ki ne bodo

marali mene, ali stvari, ki jih počnem?

Nadaljuj svojo pot.

Bolje je izgubiti druge, kot samega sebe.

13. Listje umira ...

Ne bodi žalostna.

Z jesenjo nam narava pokaže, kako lepo je, lahko

če zmoremo preteklost pustiti za sabo.

14. Slišiš veter v drevesih?

Tako nam narava sporoča, naj se za trenutek

ustavimo, dihamo, in samo smo.

15. Ne morem več ...

Nič hudega.

Jutri bom poskusila znova.

16. Tako pohvale kot kritike

poskusi sprejeti dostojanstveno.

Da zraste močno drevo,

potrebuje vse mogoče razmere.

17. Težko je biti prijazen do vseh.

Res je.

Najtežje pa je biti prijazen do sebe,

vendar se moramo truditi.

Mirči team

JGZ – MIRČI TEAM

V zaporu za tiste prave poležavanja ni,
še posebej, če se ti v JGZ delati mudi.
Le kaj tam delali bi mi,
če je to malo več kot delovna terapija, pedagoginja stalno govori.
A prav gotovo moti se,
ker delo pravo se tam že ob 7-ih začne.
Pričaka šefe Mirči nas vesel,
ker z nami »terno« je zadel.
Vsako jutro, ko nas popiše,
se mu nasmeh na obraz nariše.
Nato pa 'alo punce, kaj še imamo,
kar na juriš, da bo vse končano.
Vestno, pridno delamo vse,
kar naš šefe spomni se.
Normo lovimo kot, da nore bi bile,
a šefe pravi, ne me j... mora, da gre.
Da pa vse resno ni,
vsaka novinka krst doživi.
Iskat olje za »pucanje lima« k Mirčiju hiti,
za vrati pa smejemo se vsi mi.
Vseeno JGZ Mirči team vsako delo naredi,
kajti najboljši šefe za nami stoji :-)

Neznani vir

LJUBEZEN

Ljubezen je lepa stvar.
Če deliti s kom jo maš.

V trebuhu metulji igrajo,
v glavi zmešnjavo imamo.

Če ljubezen z otroki delimo,
je prav posebno darilo.

A ko za tem še partner stoji,
takšni ljubezni konca ni.
Do staršev ljubezen je večna,
tudi ko jih z nami več ni,
srce za njimi trpi.

Zato ljubimo vse, kar imamo,
da nam življenje bo s srečo obsijano.



Neznani vir

STOLETNI MOST

Že stoletja stoji naš most,
most, ki nas odpelje,
most, ki nas spet pripelje nazaj v objem,
v varno zavetje,
pripelje spet domov.
Po njem sem bila k njemu pripeljana,
s srečo, z radostjo ...
Veselje, toplina, ljubezen,
ki nikoli ni bila izdana, ...
ki živi in bo živela večno ...

Po njem sem bila brez vsega tega odpeljana,
le žalost, ...
ki pa bo nekoč,
upam, kmalu spet odšla
in mi po našem mostu bo vse,
kar sem onkraj morala pustiti,
vse kar je bilo prej,
pripeljano spet nazaj.

To ni samo naš most,
to je moj most ...





Neznani vir

MISEL

Lepota človeških vrednot potuje
od srca do srca.

Pustimo jim, da spregovorijo
in ognili se bomo vsemu slabemu,
obenem pa zgradili življenje,
v katerem bo prostora tudi za druge ljudi,
saj ljudje imamo v sebi moč, ki zmore dati življenju najlepše
barve.

Moč, ki zbližuje ljudi,
zbližuje nas – ljudi z naravo,
moč, ki je tako zelo pomembna in nepogrešljiva ...
To so človeške vrednote.

Mir, strpnost, hvaležnost, ljubezen -
njihov jezik je univerzalen
in ne potrebuje prevajalcev

»Minuta, ki je minila,
ne bo se povrnila,
kar čas zamudiš,
na veke ga zgubiš!«

Sabina Đ.

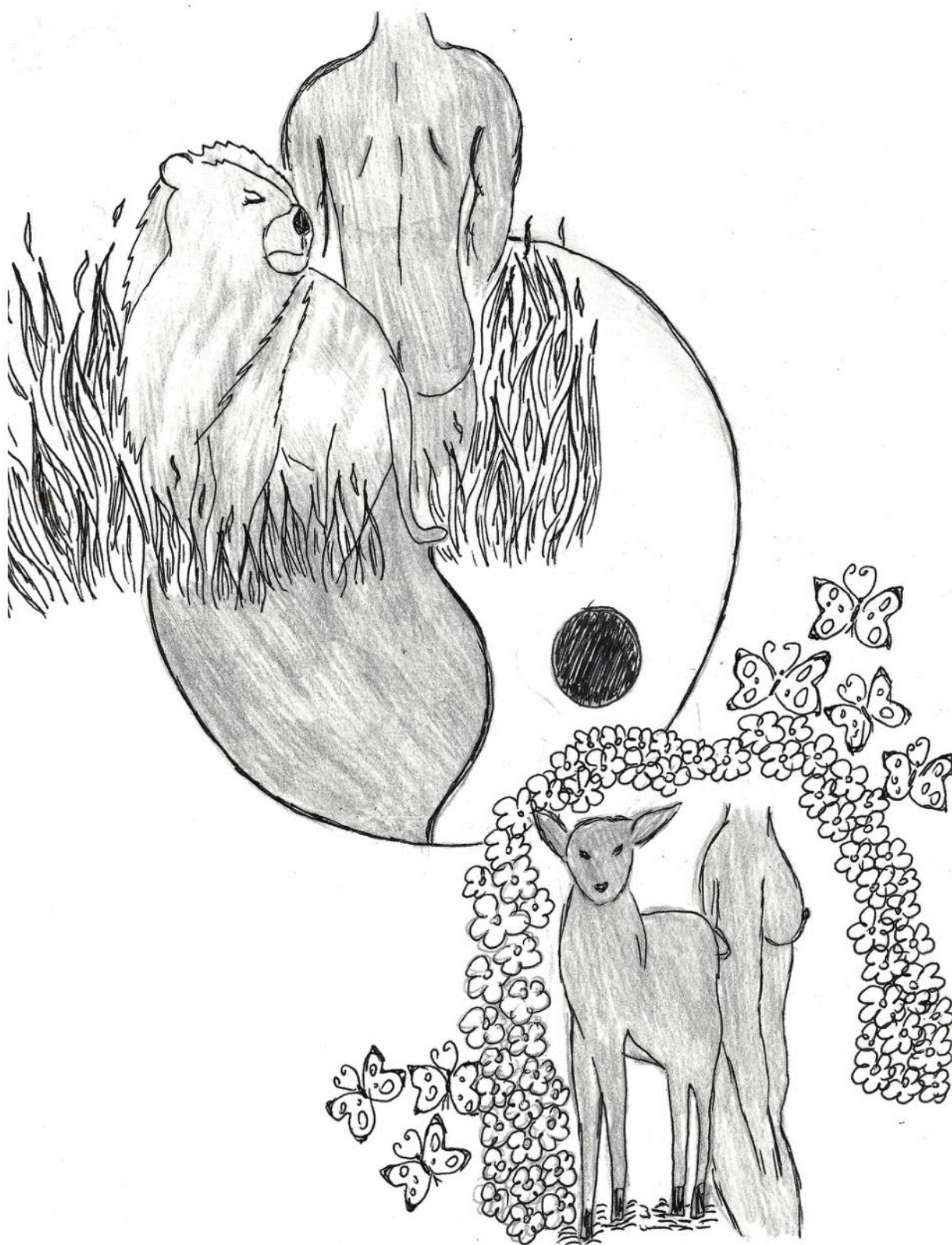
VIKEND

Čakam te.
Čakam teden, da mine
spet vikend pride.
Ko obiski so, vse je spet lepo.
Skupaj sva v mehurčku vpeta,
kot da skupaj sva speta,
ljubiva se, dokler ura ne mine.
Spet odideš s praznim izrazom,
izgubljenim jazom,
brez mene si, brez tebe sem.
Čakam, da spet prideš mi v sen.
Čas miniva, pomlad, poletje, jesen,
vsak vikend prideš sem,
dokler ne moreš več, postaja ti odveč.
Vikend ne pomeni nič več.
Zdaj mesec je tisti, ki polni mi misli.
Zakaj nisi več isti, moj do obisti?
Spet mine jesen, zima, pomlad, poletje,
niti meseč več ni tisti, zdaj sama sem v tem,
čepprav obljubil si, vem, da ne bo te več sem
in ni ljubezen problem.
Problem je, da si jezen,
jezen nase, ker dovolil si,
da to breme prevzamem nase.

Sabina Đ.

MOJA SI

1. Polna rož stopaš predme
lepa, hudomušna, kot
iz marmorja narejena
spravljaš me iz bede.
2. Nič več nisem sama,
eno srce bije med nama,
ko skupaj sva prepleteni,
polni želji in hotenj spremeni.
3. (A) Začela si se umikati, druge klicati
mene ignoriraš, ko zvečer ven odvihraš.
Le kaj sem storila, da si me zapustila,
srce mi razbija, ko sedaj te gledam, jokam od nemira.
4. Boš odšla in spet bom sama,
ali nama bo sreča spet dana?
Čakala te bom, da prideš domov.
5. Nisi prišla,
v srcu odprta rana zeva
polna sem nesreče, nemira
Pogrešam tvoj dotik in vonj
in še vedno čakam, da prideš domov.



2023 0530 *Agne* AGNE

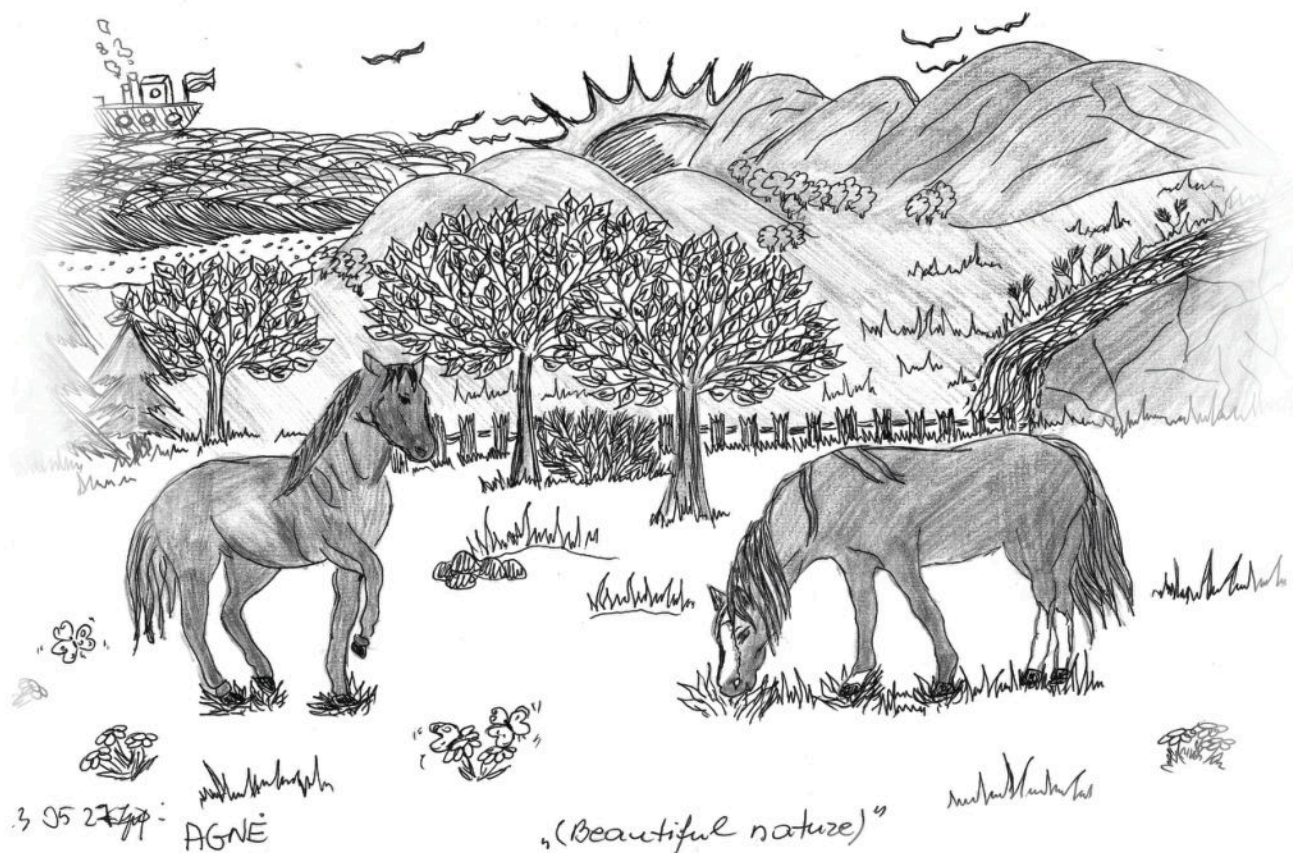
Sabina Đ.

ČAKAM

Čakam.
Čakam sede.
Življenje teče mimo mene.
S cigareto v ustih čakam,
poslušam glasbo,
in gledam TV.

Kopičenje čustev.
V vrtincu ničesar.
Postajam nema
in otopela.
Čakam.

(Objavljeno tudi v Kraljih ulice)



Sabina Đ.

4 STENE

4 stene, bele
prav nič vesele.
Sama sem med njimi,
v tej zaporniški divjini.

Kaj je prav in kaj narobe,
v tem norem, novem svetu,
gor je dol in dol je gor,
to povzroča mi odpor.

Čeprav sem tu zaprta
v sebi sem svobodna
telo je tu,
glava zunaj luta.

Sem ptica, ki leti
in prav vsak metek me zgreši.
Morda ima krila zlomljena,
a duša še ni polomljena
in ne bom klonila,
četudi pravica ni več živa.

Sabina Đ.

LE KAJ

1. Le kaj, le kaj,
mi je početi sedaj,
ko le senca sama sebe sem
in sprašujem se, ZAKAJ?

2. Bom še videla mesto
polno barv,
ki v svetlobi kopa se
brez utvar?

Nekoč, ko iz pepela bom vstala,
spet zdrava po ulicah skakljala,
breztežna, brez senc,
to moja je narava.

Sabina Đ.

SENCE

Le kaj, le kaj,
mi je početi zdaj,
ko le senca sama sebe sem
in sprašujem se – ZAKAJ?

Bom še videla mesto, polno barv,
ki v svetlobi kopa se, brez utvar?

Nekoč, ko zopet zdrava bom,
po ulicah skakljala,
breztežna, brez senc
iz pepela bom vstala.

TO človeška je narava.

Teja K.

Tukaj sem in nisem, ...
Sem vse in sem nihče, ...
Čakam vsaki dan, da mine, ...
Kot ovitek brez vsebine, ...

Tako kot prazna sem lupina
in skozi njo teče bolečina.

Bila sem nekdo, postajam nihče, ...
Borim se z nočjo in čakam na dan, ...
Ko pride dan čakam na noč, ...
Brez ciljev in upov življenja vedoč, ...

Čakam in upam na dan, ko vse mine, ...
Ko bo odneslo vse bolečine, ...

Tonem in tonem vse globlje v praznino, ...
Želim si le teme in čisto tišino!!!

Tea K.

BORBA Z ŽIVLJENJEM

Obup me obdaja,
upanje, sreča, od mene
odhaja, ...

Izza rešetak, tu sedim, se
s svojim življenjem borim, ...

Ne vem sploh, če moje življenje
še obstaja, ...
Ali je tukaj res zadnja postaja?

V življenju obdano bilo mi ni s srečo, ...
Večino s solzami in borbo bolečo!

Ko končno sem našla mir in toplino, ...
Ljubezen resnično in srečo bežečo, ...
Postala sem ženska, nad vsem
srečna, ...

Pomislila sem, da le up še obstaja, ...
Ko spoznala sem tisto, kar »skoz« sem
iskala ...

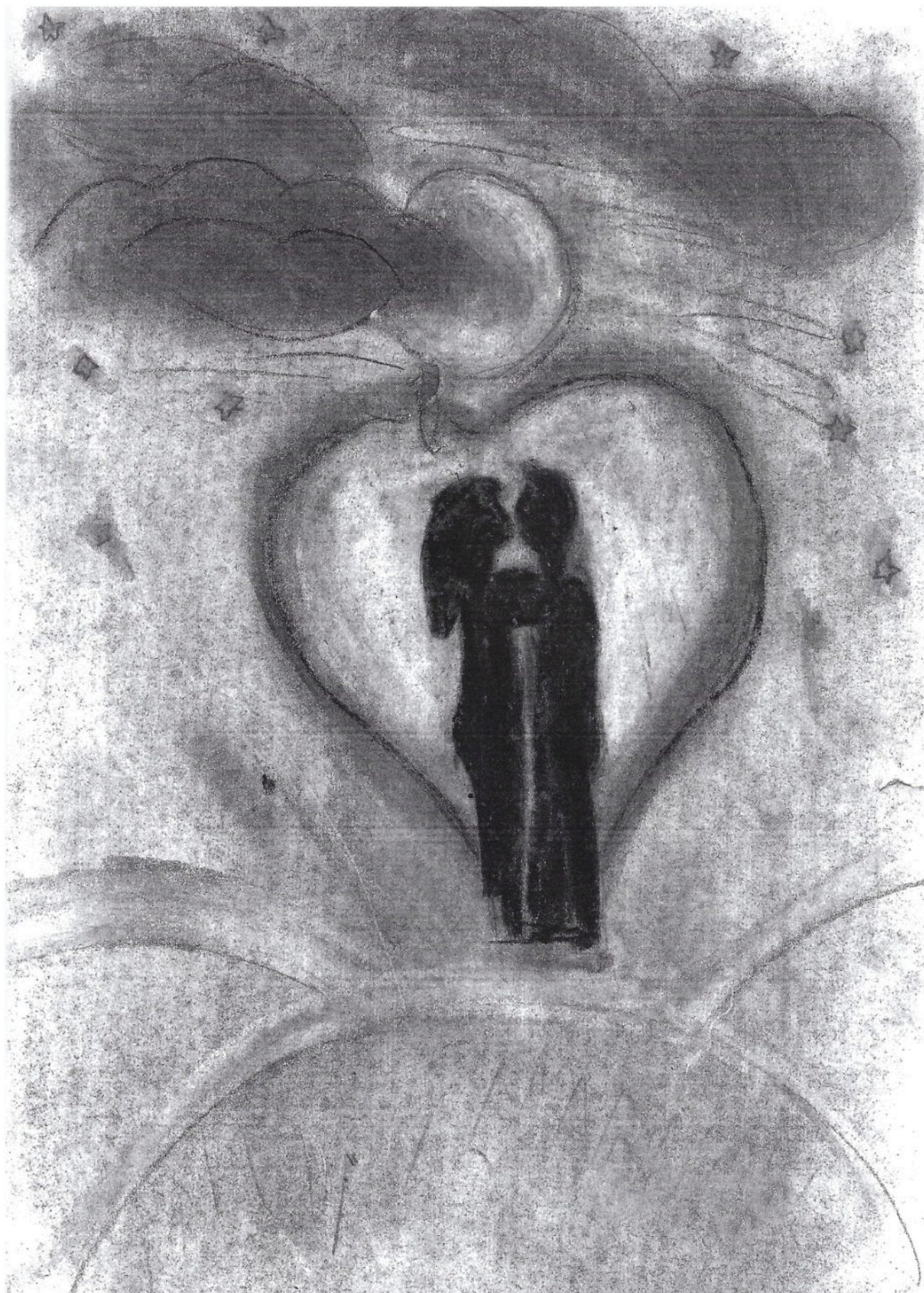
RESNIČNO LJUBEZEN, SRCA POLOVICO!!!

A kaj, ko sedaj naju prava razdvaja, ...
Ne vem več, kaj to se zdaj nama dogaja!!!

Želim si, da trdno stojiva navkljub,
vsem tistim, ki spravljajo naju v obup!!

Da z mano verjameš, da še obstaja, ...
Sreča, ljubezen, da naju obdaja!!

(Posvečeno mojemu dragemu; T.N.)



Ljubim te 

Tvoja mala Teja



Tea K.

ALI ME ŠE LJUBIŠ?

Izza rešetak pogledujem v nebo, ...

Tako si daleč ...

Ali me še ljubiš? Ali misliš name?

V mislih kričim, k tebi želim!!

Pogrešam te tako močno,

v srcu mi je res hudo!!

Ali me še ljubiš, kakor ljubim tebe, ...

Ali še verjameš v najine objeme, ...

Ali še želiš, da stopava po poti,

z roko v roki, drug drugemu naproti??

Ali me še ljubiš? Srce moje v strahu

se sprašuje ...

Še vedno tebe v zvezde kuje!!

Ali me še ljubiš? Boš z menoj do

konca?

Boš stopal po poti, z menoj, vse

do sonca?

Boš stal mi ob strani, z ramo

ob rami?

Mi brisal boš solze in

čuval srce, ki ranjeno je, ...

Ali me še ljubiš?

Reci, da boš moj, do zadnjega

diha, me ljubil boš bolj, ...

Ljubim te!

Maja S.

POZDRAV POLETJU 2023 - »CIRKUS V GRADU«

V organizaciji Inštituta STOPINJE pod vodstvom g. Martina Lisca in društva SKALA je bila v ZPKZ Ig v mesecu juniju 2023 organizirana prireditev, t. i. »Pozdrav poletju«, ki je v zavodu že tradicionalna prireditev vsako leto ob vstopu v poletje.

Kot presenečenje je bil nastop cirkusa FUSKABO. Sprva smo se še malo šalile na ta račun, češ »cirkus prihaja v cirkus«, kaj to rabimo ...

Predstavljale smo si klovne in podobne otročje like, vendar pa nas je nastop artistov cirkusa FUSKABO dobesedno očaral.

Vse smo bile zelo navdušene nad njihovimi nastopi.

Cirkus FUSKABO sestavljajo ulični artisti iz različnih držav (Slovenija, Črna Gora, Srbija, Palestina, ...).

Izvedli so ogromno zelo lepih in tudi zelo težkih artistskih točk.

Imeli so postavljene trapeze, vrvi, ...

Nastopali so z različnimi artistskimi točkami – premeti, izrazni ples, ples s trakovi, ... Vključili so tudi žongliranje, pantomimo in nastop s kartami.

Skratka, bili so več kot odlični in vse smo jih nagradile z glasnim aplavzom in izrazile tudi željo, da nas še kdaj obiščejo.

Seveda pa ne gre zanemariti tudi nastopov naših deklet – obsojenk, ki so pod mentorstvom vsestranske ga. Vesne Toni, ki v Zavodu vodi delovno terapijo, pripravile razstavo čudovitih avtoportretov, izdelanih iz odpadnega materiala, razstavo zapestnic, izdelalo so čudovite ogromne rože, ki nam celo poletje krasijo notranje dvorišče, izvedle pa so tudi glasbene nastope z igranjem klaviatur. Članice pevskega zbora pod vodstvom gdč. Eve Lisec pa so zapele nekaj pesmi.

Vzdušje na »POZDRAV POLETJU« je bilo prijetno, sproščeno, veselo, in polno navdušenja nad videnim in slišanim.

Ugotovile smo, da med nami biva kar nekaj obsojenk z velikim talentom.

Na koncu smo imele manjšo pogostitev s sladicami in sokom. Takšnih dogodkov si želimo tudi v prihodnosti, saj se tako vsaj malo »izklopimo« iz vsakdanje rutine, ki je marsikdaj težka in moreča, se sprostimo in nasmejimo.

P.S.

Ob pisanju tega članka smo enega od nastopajočih cirkusa FUSKABO, ki prihaja iz Palestine – Ahmed Kullab – zagledale na TV, v oddaji »SLOVENIJA IMA TALENT«, ki nas je tudi tu navdušil s svojim nastopom.

V oddaji na TV je s svojim nastopom in s svojo življenjsko zgodbo prejel ogromen aplavz in ovacije, komisijo pa ganil do solz, članica komisije – balerina Ana Klašnja pa mu je stisnila »zlato gumb«. Tudi me mu želimo kar največ sreče, da se v oddaji prebije čim dlje, in uresniči svoje sanje.



Maja S.

POZDRAV JESENI

V organizaciji g. Martina Lisca (Inštitut Stopinje) smo imeli v sredo, 11. oktobra, prireditev z imenom »Pozdrav jeseni«.

Prireditve se je udeležilo kar veliko obsojenk, pa tudi sonček nam je šel na roko in se je pokazal za dve uri.

Najprej sta imela pozdravni govor direktorica in g. Martin, ki sta nam zaželela prijetno predstavo in lepo, sončno jesen.

Prvi nastop je bil pevski.

Pod vodstvom gdč. Eve Lisec je zavodski pevski zbor »Iške frajle« res lepo zapel tri pesmi, s čudovitimi solo vložki.

Z malo zamude zaradi zastojev v prometu je na nastop prihitel znani slovenski stand-up komik Žan Papič, ki nas je s svojim hudo-mušnim in smešnim stand-upom do solz nasmejal in si zaslužil velik aplavz.

Po Žanovem nastopu pa so nas s plesnim nastopom razveselili plesalci in plesalke country plesov, kluba Wild West, ki so nastop super opravili in po nastopu povabili k plesu tudi obsojenke, ki so se učile plesnih korakov in na koncu ob glasbi tudi zaplesale country ples v vrstah.



Prireditev je bila, kot tudi »Pozdrav poletju«, zelo zanimiva in nas je spravila v dobro voljo. Hvaležne smo g. Martinu Liscu, ki je prevzel organizacijo prireditev, saj nam pripelje zanimive goste, in nam za nekaj uric vsakič po-lepša življenje tukaj notri.

Maja S.

NPK – tekstilni konfektionar (šiviljski tečaj)

ZPKZ Ig je s pomočjo evropskih sredstev organiziral NPK za tekstilnega konfektionarja (sezona 2022/2023). Tečaja oziroma izobraževanja se je udeleževalo sedem obsojenk.

Izobraževanje je vodila ga. Sonja, ki bi nam po mnenju udeleženk lahko malce bolje razlagala in pokazala osnove šivanja in krojenja, glede na to, da je bilo par popolnih začetnic.

Zato smo imeli kar nekaj dodatnih ur izobraževanja. Učile smo se osnovne šive, robljenje, šivanje zadrg, pasu, vstavljanje podlog, šivanje gumbov, gumbnic, osnove krojenja, ...

V času trajanja tečaja smo izdelale predpasnik, torbico, krilo in pa vrečke za otroške kocke (za ZPKZ Ig).

Na urah šivanja je bilo veliko smeha in smešnih prigod, ker je bilo nekaj začetnic v šivanju, kar nekaj pa nas je tudi slabo videlo, in smo zaradi tega naredile pri šivanju marsikakšno »šiviljsko neumnost«, čemur smo se vedno nasmejale.

Tiste, ki so bile v šivanju bolj vešče oziroma so znale šivati že prej, so z veseljem pomagale začetnicam oziroma malo manj veščim.

Izobraževanje se nam je malo zavleklo zaradi določenih okoliščin. Nekatere so bile na koncu že prave profesionalke, nekatere malo manj, jaz pa sem ugotovila, da nimam ravno ročnih spretnosti za šivanje.

Ampak, saj veste, nismo vsi za vse ... ha ha ha.

Končno je prišel dan izpita.

V Zavod je prišla zunanja izpitna komisija, ki so jo sestavljale tri zelo prijazne gospe, ki so nam pri izpitu s svojimi ljubeznivimi nasveti in opozarjanju na napak, zelo pomagale in nam s tem tudi pregnale tremo, ki smo jo vse imele.

Pokazale so nam kakšno šiviljsko »finto«, s katero si lahko poenostavimo delo.

Kljub velikemu strahu, da nekatere morda ne bomo uspešno zaključile izobraževanja, nam je na koncu vsem uspelo, česar smo se res razveselile.

Na koncu smo dobile potrdilo

o uspešno opravljenem izobraževanju, ter diplomu za NPK tekstilni konfektionar, na podlagi katere si lahko iščeš tudi zaposlitev.

Zato priporočam vsem, ki prestajate zaporno kazen, da izkoristite takšne možnosti izobraževanja, ki jih nudi Zavod, saj vam bo to prišlo prav v življenju po prestani kazni. Poleg tega pa so NPK izobraževanja zunaj kar precej draga, tukaj pa lahko to opravite brezplačno.

Pa še nekaj je: »več znaš, več veljaš«.

NPK izobraževanje za tekstilnega konfektionarja je bil v ZPKZ Ig izvedeno prvič, medtem ko je bilo NPK izobraževanje za pomočnico kuharja uspešno izvedeno kar nekaj let zapored in vse udeleženske teh izobraževanj so bile zelo zadovoljne. Kar nekaj je bilo in še je zaposlenih v zavodski kuhinji.

Zato ... ko boste imele priložnost ... prijavite se!



Sanja M.

PREMISLEKI

Projekt, ki ga že več let v ZPKZ Ig vodi g. Martin Lisec v sodelovanju z Inštitutom Stopinje, pomaga obsojenkam pospešiti in spremeniti svoje razmišljanje ter spregledati svoje napake in odločitve v življenju. Skupinske razgovore vodi g. Lisec enkrat mesečno v zavodski knjižnici, kjer nas spodbuja, da skozi različne teme vsaka pri sebi razmisli in premisli o vsakodnevnem življenju.

Od januarja 2022 smo z njim predelali naslednje teme: Ovire v življenju, Kaj lahko naredim za svoje dobro počutje, Za-upanje, Na-ključ-ja v življenju, Obreko-vanje, Tehnika za umirjanje in premagovanje stresa, »Karma« ali odgovornost, Praznovanje, Cilji ali brezciljnost, Moja samopodoba, Nadzor in zaupanje, Graditev sožitja, Načrti. Vsaka izmed tem zajema različne pristope in strokovne poglede, obsojenke pa smo jih sprejemale in komentirale vsaka na svoj način in glede na svoj vidik le-teh. Naučile smo se sprejemanja drugačnih mišljenj ter dopustiti možnost, da naše mišljenje morda ni pravilno in ga zato po možnosti tudi spremenimo.

Osebnostno sem se veliko naučila o sebi s pomočjo projekta Premisleki in menim, da sem se zelo spremenila na način, da sem s pomočjo projekta spoznala nekatere svoje lastnosti, ki so bile slabe ali pa napačne. Spoznala sem tudi, da puncam veliko pomeni odnos skupine, poln zaupanja, saj smo se tam pogovarjale vse mogoče stvari, vendar o teh temah potem po zaključku skupine nismo več razpravljale. Imele smo neke vrste skupno skrivnost, zato smo se po zaključku skupine vse zelo dobro počutile. Nekaterih stvari nikakor ni bilo lahko slišati oziroma sprejeti, vendar smo vedele, da smo se nekaj novega naučile o sebi in tudi o drugih. Tako nam ta skupina pomeni varno pribežališče v sproščujoče in varno območje zapora.

Iz meseca v mesec, iz teme v temo so se nizali novi nasveti, kako si izboljšati življenje v zaporu, kaj še lahko naredimo dobrega zase in kako si zastaviti cilje za življenje po končani kazni. Na vsakem sestanku smo pridobile tudi nekatere nove članice,

nekatero so odšle domov, g. Lisec pa vseeno vzdržuje edinstvenost in slog skupine. Teme smo izbirale same ali pa nam jih je predlagal g. Lisec, vedno pa so bile zanimive in aktualne. Redno nam je dajal domače naloge, da smo na ta način naredile nekaj zase in si s tem izboljšale bivanje v zaporu. Ni lahko sprejeti, da življenje teče dalje, me pa smo vedno na istem mestu in da bivanje tudi ne pomeni konec življenja, ampak priložnost, da si ustvarimo nov začetek za življenje zunaj. S pomočjo g. Lisca kot dirigenta, smo sprejele svojo kazen kot šolo za novo življenjsko pot, da čas, ki ga preživljamo tukaj, izkoristimo kvalitetno in naredimo nekaj na sebi.

Želim, da bo ta projekt potekal še dolga leta, da bodo lahko obsojenke imele podporo in pomoč, ki sem jo imela jaz, zato pričakujem od vseh nas, da skupaj spremenimo svet, saj je vsaka od nas tudi pomemben član skupine »Premisleki«, da le-ta lahko deluje dalje!





Duška G.

VRTNICA IZ CREEPY PAPERS

... Lističi rože, majhni za menoj,
padajo na tla. Lističi rdeče vrtnice,
ki dobila sem jo v dar, ko sedela
sem za mizo, ob delu za Zavod Ig.
Vrtnica prelepa, barve čudovite,
lističi zlepljeno skrbno skupaj so.
Cvet in listje.

A naenkrat, na hodniku, ob vrnitvi
v svojo sobo, je naenkrat padel
listič zeleni na tla. Malo kasneje,
sta padla še dva.

Ob meni hodila je oseba, ki
podarila mi vrtnico rdečo je v dar.
Opazila in opozorila me je, da
padajo listi zeleni na tla. Sama
nisem opazila tega. Niti ga sama
nisem spustila na tla, kakor včasih,
ko smo dekleta jih ob štetju za
ljubezni drage ...

Kako lepo je bilo. Kako prešer-
no, radostno. Hodile smo bose,
plesale vse ... Barve hodile so za
nami.

A danes, sem sama in jesensko
listje še pada.

Stopinje štejem, preštevam in
pazim, da jih ne pohodim. Te
lističe zelene sedaj, ko sem vse
vrtnične rdeče tudi, spustila na tla
...

Neznani vir

PUNČKE IZ CUNJ

Znašla sem se v vašem zavodu. Prej, ko se sprijazniš, da se morajo stvari odviti v dobro in enkrat zaključiti, lažje je na tej poti. Sama sem se s pomočjo delovne terapije vključila v preizkušanje sebe in znanja ročnih del. Kot otrok sem vse to počela, saj me je babi marsikaj naučila. Potem pa v življenju za to nekako ni bilo časa. Naša delovna terapija se je lotila projekta v okviru Unicefove akcije, in sicer izdelovanje lutk. Lutke smo sešile iz blaga, napolnile z mehkim polnilom, jim iz volne izdelale frizure, sledilo je oblačenje. Oblekice smo šivale iz kosov blaga, mojstrice pa so jim »skvačkale« ali »naštrikale« oblačila.

Uau, to je bil izziv zame, saj sem si vedno želela obnoviti znanje v »štrikanju« in kvačkanju. In prišla je priložnost. Zavod je dohitela corona in naš polodprti oddelek tudi 10-dnevna izolacija. To je bila priložnost. Kolegica v sobi je že pred tem veliko pletla, kvačkala in šivala. Tako se je predvsem zaradi moje želje tudi sama navdušila. Po dobrih 30 letih sem poprijela za pletilke. Lepo mi je pokazala nekaj začetnih korakov. Najprej

kako nasnujemo zanke na igle, potem počasi »štrikaj« desno. In tako je nastal prvi rumen »pu-loverček« za punčko iz cunj. Moja radovednost ni poznala meja. Večino 10-dnevne izolacije sem pletla, se učila novih desnih, levih zank, ovojev, snemanj zank na več načinov. Še sreča, da sva imeli prosto posteljo v sobi kamor sva vse te izdelke zlagali. Tako so nastajali pravi kompletki. Od kapice, bluzice, jaknice, hlače, krilo, copatki, nogavičke, torbice, ... Ni, da ni. Idej ni manjkalo.

Vsak dan nastajajo novi izdelki. Sedaj za vnukinjo, hčerki, zeta, prijatelje. Pravijo, vse se zgodi z razlogom. Dobro ali slabo. A sama poskušam vedno v slabem najti nekaj dobrega. Tokrat tudi sem. Hvaležna sem za to izkušnjo, četudi sem jo pri sebi izkoristila šele sedaj in še to v zaporu. Največja vrednost v življenju ni kaj dobiš, največja vrednost v življenju je kaj postaneš.



PUNČKA iz CUNJ!

Naslov punčka iz cunj ni samo naslov, ki nam pove, da gre za punčko iz cunj. V tem primeru nam pove veliko več kot samo to, da je končni produkt »Punčka iz cunj«. Mogoče boste pomislili, kaj pa bi lahko ta naslov pomenil več kot to, da gre za produkt punčke iz cunj. Vendar v kolikor boste nadaljevali z branjem boste videli, da se za tem naslovom skriva nekaj zelo lepega, prijetnega in veličastnega.

V začetku leta 2021 sem se prav s posebnim razlogom, ker sem se ujela v past duhovna mojstra, znašla za štirimi zidovi več kot 500 let stare grajske stavbe, kjer je v zgodovini bivala gospoda, a danes bivamo pripornice in obsojenke. Bivanje v gradu je danes zelo drugačno, veliko bolj težko in stresno, kot pa je verjetno to bilo več kot 500 let nazaj. Saj se za zidovi gradu in za zaklenjenimi vrati vsaka ženska na svoj način bojuje in sooča sama s seboj in s situacijo, ki nas je pripeljala do nam začasnih neznanih poti za naše nadaljnje življenje naprej. Težko je živeti, ko se ti ustavi čas, ko si iz dneva v dan v negotovo-

sti, kaj bo s teboj, še posebno pa, ko se ti zaradi odvzete prostosti aktivira občutek, da si popolnoma nekoristen. Za mene je bila to nočna mora, saj sem v svojem delu - poslanstvu neizmerno uživala in bila sem navajena redno delati že od svojega petnajstega leta mladosti.

Zaradi delavnih navad in boljšega počutja sem se takoj v začetku začasnega bivanja v priporu v zelo kratkem času prijavila za delo. Se med čakanjem na delo udeležila delavne terapije, vse dokler nisem nastopila z rednim delom. Težko se mi je bilo ločiti od vsakdanjih skrbi in reševanja situacije, v kateri sem se znašla.

Vendar mi je to uspelo v sekundi mojega najtežjega trenutka življenja, ko sem izvedela, da bom lahko preko delovne terapije v zavodu prisotna pri tako pomembnem zunanjem Unicefovem projektu, kot je bil projekt izdelovanje Punčk iz cunj za otroke. Pomislila sem, kljub temu, da sem priprta, bom vseeno lahko sledila svojemu poslanstvu in s pomočjo Unicefovega projekta osrečila otroška srca in srca staršev otrok. Bila sem tako navdušena, da sem

ponovno v sebi začutila to otroško veselje in radost. Ne boste verjeli, začutila pa sem tudi nazaj svoj občutek, da sem ponovno močno družbeno koristna in ta občutek še danes močno negujem.

Navdušenje in začetno delo sta me prvo popeljala nazaj v čas, ko sem bila majhna deklica in v moje otroške dni. V spomine, ko sem kot majhna deklica tudi sama sanjala o punčki, čeprav sem že vnaprej vedela, da je ne bom dobila, ker mi jo mamica ni mogla kupiti. Nekega lepega dne pa me je moja mamica zelo presenetila, ko se je znašla in mi sama naredila punčko iz cunj. Ni mi podarila samo punčke, ki sem si jo neskončno želela, temveč mi je podarila tudi nasmeh na obraz, neizmerno količino otroškega veselja in radosti. Zanimivo! Po več desetletjih pa sem imela ravno v priporu tudi jaz možnost biti v vlogi izdelovalke punčke iz cunj in podariti otrokom ne samo punčko, temveč tudi otroško veselje, srečo in radost.

Ne boste verjeli, da pojma nisem imela kako se izdelujejo punčke iz cunj, saj sem v ročnih delih na ta način sodelovala prvič. A ta radovednost v meni mi je pomagala, da sem se za sodelovanje v projektu takoj odločila brez dodatnega razmisleka. Navdih za ustvarjanje sem osebno črpala prvo iz navdušenja, da so me sploh povabili k sodelovanju pri tako pomembnem Unicefovem projektu Punčka iz cunj.

Utečena izdelovalka Unicefovih punčk zunaj zapora nam je korak po korak predajala osnovno znanje za punčko iz cunj v velikosti 50 centimetrov. Začetna faza je bila pogovor, sodelovanje, izmenjevanje idej in risanje punčk. Nisem talent za risanje, zato sem bila bolj zadržana. A po pogovoru in sodelovanju s pripornicami, ki pa so bile talent za risanje in ustvarjanje, sem dobila domišljijo in ideje, kako se lotiti dela. Najbolj mi je ostala v spominu gospa, ki je zelo lepo narisala punčki oči, nos in ustnice. Ne samo narisala, temveč tudi oči in ustnice zelo lepo pobarvala. Še posebno pa so se potrudile tudi gospe, ki so punčkam štrikale, kvačkale in

šivale oblekice, majčke, hlače, spodnje hlačke, nogavičke, kapice in čevljičke. Nekatere pripornice in verjetno tudi zapornice pa so iz večbarvne volne narezale različne dolžine velikosti lask za punčke.

Določene pridne in sposobne roke pa so na šivalni stroj zašile blago v obliki punčke v velikosti petdeset centimetrov.

Meni je bila zaupana naloga, da sem razrezala peno na več različnih vrst pravokotnikov. Jih s centimetrskim zamikom po tri skupaj natančno zložila, tesno zavila v valj, s špago ovila in naredila vozec. Na ta način sem izdelala rokice, nogice in hrbtenico z glavico. Nato sem rokice, nogice in hrbtenico z glavico vstavila v zašito blago v obliki punčke v velikosti petdeset centimetrov in vse skupaj napolnila s polnilom. Punčko se je zašilo in obleklo. Sledilo je še šivanje lask na glavico.

Po vsem tem delu pa je sledilo risanje nosu, risanje in delno barvanje oči in ustnice. Meni je bila še zaupana naloga, kjer sem čisto na koncu na roke šivala laske ob čelu. S tem dejanjem sem opravi-
la še zadnje skrite podrobnosti in jim uredila končno frizurico.

Delo je resnično zahtevalo veliko poslušnosti, zbranosti, natančnosti in sodelovanja. Vendar ob močni natančnosti, dobremu sodelovanju, vzdušju skupine, naši otroški razigranosti in resnično močni domišljiji, so nastale res lepe prečudovite punčke, katere si lahko ogledate na priloženih slikah. Punčke iz cunj, ki so dobile tudi vsaka svoje ime. Imena so dobile po imenih naših otrok, vnučkov, ali pa ime, ki nam je bilo enostavno samo všeč.

Vsaka punčka ima svojo zgodbi-
co, ki jo je naredilo več pridnih rok. Meni je ostala v zelo lepem spominu punčka, ki je v obliki Angelčka in punčka, ki smo jo oblekle v nevestico. Ko še danes na sliki pogledam ti dve punčki, mi avtomatsko spomin priključuje prijetne občutke toplote in brez-pogojne ljubezni. To je energija, ki je najbolj pomembna za naše otroke, za vse nas in ravno to energijo jaz čutim, da jo izžarevata ti dve punčki. Smeh, ... postavilo se mi je vprašanje: »Ali je nevestica mogoče že spoznala svojega žen-
ina«? Ob tem napisanem vprašanju se mi je razširil nasmeh na ustih in topel občutek v srcu.

Otrokom, ki so prejeli katerokoli prečudovito punčko iz cunj želim, da bi se z njo čimbolj brezskrbno igrali, bili veseli, srečni, radostni, ... in si s svojo domišljijo ustvarili svojo prijetno zgodbico o svoji punčki. Želim jim še, da bi skozi igro s punčko v svojem spominu si zgradili in obdržali čimveč prijetnih spominov, izkušenj in občutkov. Prijetni občutki nam dajo »varnost«. Varnost v nas pa nam daje toplino, prijaznost, sočutje, nežnost, brezpogojno ljubezen, ... itn. Vse to bi morali od staršev in drugih ljudi dobivati prav vsi otroci, saj so le oni naši največji zaklad. Naloga staršev je, da otroke vzgajamo z energijo brezpogojne ljubezni. Naloga otrok pa je, da jo širijo naprej na svoje otroke. Le tako bo svet lepši. In le tako se bomo vsi počutili varno, prijetno, v harmoniji in v sožitju sami s seboj in drug z drugim.

V zavodu nam je bilo zaupano še, da gredo punčke v prodajo z namenom, da gre izkupiček izključno v dobrodelne namene – za Unicefov program cepljenja otrok proti šestim nalezljivim boleznim v državah v razvoju. Otrokom, ki pa so prejeli cepivo pa jim želim še dodatno obilico močnega zdravlja.

Za zaključek pa lahko dodam le še to. Da se iskreno iz dna srca in duše še enkrat zahvaljujem zunanji izvajalki za vse predano znanje, za vse trdo delo, potrpežljivost z nami, za vse nasmejane in otroško igrive brezskrbne trenutke ob času izdelovanja punčk iz cunj. Iskreno iz srca se zahvaljujem vsem, ki so na kakršnikoli način sodelovali in pripomogli k temu, da je ta srčni Unicefov projekt v zavodu za prestajanje kazni stekel. Ga. direktorici Tadeji Glavica pa iskreno najlepše hvala, ker je sprejela in podprla tako močan projekt, kjer smo lahko tudi pripornice in zapornice prispevale k temu, da rešujemo življenja otrok. To je najlepša in najmočnejša gesta, kar jo poznam. Za vso sodelovanje pa se ponovno zahvaljujem še enkrat tudi vsem pripornicam, ki nas je ta projekt tisti čas zelo povezal. Vse, ki smo sodelovale v projektu smo bile doma iz zelo različnih držav, a v projektu pa smo sodelovale, kot bi s že poznale celo življenje.

Z brezpogojno ljubeznijo Martina Veseljko

P.S: Ob vsem tem zapisu sem se spominjala teh dogodkov iz delavne terapije, se s sedanjimi pripornicami pogovarjala, jim razlagala, kako smo delali in naredili prečudovitih 32 punčk iz cunj. Jim s ponosom pokazala članek, ki je bil objavljen v časopisu. Dobesedno sem podoživljala vse te lepe tople prečudovite trenutke in občutke, sreče, radosti, otroške razigranosti, brezskrbnosti ... itn. Na današnji dan pa bi dodala le še to: »Ko bi le bilo več takih projektov, kjer združujejo ljudi, dobra dela in pomagajo drugim ljudem«.

Sabina Đ.

ZAPESTNICE STRPNOSTI V OKVIRU DELOVNE TERAPIJE

V ZPKZ Ig smo sodelovali v projektu »Zapestnice strpnosti«, ki ga je organizirala Osnovna šola Beltinci. Cilj je bilo izdelati 19.000 zapestnic, ki simbolizirajo 19.000 otrok, ki se vsako leto rodijo v Sloveniji.

Projekt je bil večinoma izvajan v okviru delovne terapije, so pa zapestnice lahko (in tudi so) prispevale tudi druge obsojenke in pripornice.

Kot udeleženka pri delovni terapiji sem tudi sama sodelovala in moram povedati, da se je prav vsaka od nas zelo potrudila pri izdelovanju zapestnic. Kar je še bolj pomembno – izdelovale s(m) o jih z veseljem. Projekt je potekal približno 2 meseca in s ponosom lahko povem, da smo v tem času izdelale več kot 1.000 zapestnic!

Simbolizirale so prav to, čemur so bile namenjene – strpnost in drugačnost, saj je bila vsaka prav takšna – drugačna, niti ena ni bila enaka drugi, kot me same.

Zraven pa smo dobile še nove ročne spretnosti in znanje, kar je vedno dobrodošlo.



Sabina Đ.

DELOVNA TERAPIJA V ZPKZ IG

V zavodu se izvaja delovna terapija za obsojenke in pripornice. Za pripornice je udeležba prostovoljna, za obsojenke pa obvezna. Večinoma s(m)o v delovno terapijo vključene tiste obsojenke, ki s(m)o trenutno ali trajno nezmožne za dela, kot tudi za že upokojene.

Od septembra 2022 je delovno terapijo prevzela ga. Vesna Toni, ki je zelo ustvarjalna, čuteča in nas zelo dobro zna pripraviti do lastnega ustvarjanja. Pod njenim okriljem smo izdelale veliko lepih in uporabnih izdelkov.

Terapija se izvaja trikrat tedensko po dve uri in pol in večina obsojenk jo z veseljem obiskuje, saj ne »prežene« samo časa, ampak je koristna tudi za samozavest, disciplino in (re)socializacijo.

Tam se med drugim učimo tudi sprejemanja drugačnosti, saj je prav vsaka od nas drugačna. V okviru delovne terapije smo sodelovale tudi v nekaj projektih, kot so na primer »zapestnice strpnosti«, čestitke za dan žena, lutke za vrtce, ...

Pred kratkim so izdelki žensk, ki so vključene v delovno terapijo, bili razstavljeni na lški tržnici, trenutno pa je v dogovarjanju še več takšnih razstav. Del razstave so bili tudi tako imenovani »portreti« (slika 1). Cilj takšnih razstav je tudi ozaveščanje javnosti, da smo tudi zapornice samo ljudje, matere, žene, hčerke, ...

Pri delovni terapiji udeleženske enkrat mesečno dobijo tudi skromno nagrado za dodatno »motivacijo«. Kot ena izmed udeleženk pa lahko povem, da je največja motivacija prav naša ga. Vesna s svojim občutkom za sočloveka.



Vesna P.

DELO HIŠNICE

Nekega mrzlega januarskega dne me je g. Janez v pralnici vprašal: »Bi vas zanimalo delo na hišniških delih? Vas to veseli, znate kaj delati na tem področju?« Skozi možgane mi je šinilo, no, mestno dekle, ti in hišniška dela, bo šlo? Hmm, znam kositi, zamenjati žarnico, očistiti odtok, zamenjati WC desko, čiščenje mi je zelo domače. Kaj pa ostalo? Kaj sploh spada pod hišniška dela? Ampak Vesna ne bi bila Vesna, če ne bi sprejela izziva in priložnosti. Kar še ne znam, se bom pa še naučila, saj se celo življenje učimo. In tako sem g. Janezu odgovorila – da nekaj malega sicer znam, bi se pa rada še marsikaj naučila. Nenazadnje mi bo tovrstno znanje prav prišlo tudi izven grajskih zidov. Kolesje časa se je vrtelo in mi na pomlad prineslo novo zaposlitev, hišniška dela. Na začetku se seveda loviš in se trudiš osvojiti novo okolje. Delo je, kot sem predvidevala, raznoliko, zanimivo in vključuje številne, med seboj različna delovna področja in opravila. Sedaj sem skoraj že leto in pol hišnica; in dobre hišnice se ne opazi – opazi pa se, če je ni.

VRTNICA

Ko sem se enkrat znašla na tem čudovitem gradu, sem opazila, da me cvet vrtnice tu nekako spremlja že ves čas, očitno me je tudi navdihnil za to pisanje. Ko je imel kdo od mojih sorodnikov oziroma sostanovalk rojstni dan, sem razmišljala, kaj bi komu sploh lahko podarila. Tako sem začela risati vrtnice v različnih barvah, različno senčene.

Nekega dne je H. podarila g. Pavlu vrtnico iz krep papirja. Res mi je bila všeč. Ker bi jih tudi sama rada znala narediti, sem prosila V. (katero je izdelovanja naučila S.), naj mi pokaže, kako jih dela. Kasneje smo vrtnice začele izdelovati tudi na delovni terapiji. Ko mi je ga. Vesna predlagala, da bi ona prinesla podstavke iz brezovih vej, jaz pa bi jih okrasila s cvetovi vrtnic, sem pristala - ampak začela bom šele, ko bom naredila vrtnico, ki mi bo res všeč. Precej dolgo sem se učila in preizkušala različne načine izdelave. Potem pa sem nekega dne končala z lepljenjem in se skoraj ustrašila - zazdelo se mi je, da v roki držim pravo vrtnico. Takrat sem vedela, da zdaj pa znam.

Na delovni terapiji nam nikdar ni dolgčas. Delamo različne izdelke, vsaka od nas se izpopolnjuje v svojem talentu. Zraven poslušamo različne zvrsti glasbe, včasih nam ga. Vesna prebere kakšne modre misli. Tako je nekoč prinesla Os-hujevo knjigo Intuicija in vsaki od nas prebrala izrek na tisti strani, ki smo jo same izbrale. Meni je prebrala: »Ko vidite cvet vrtnice, ga sprejmete ali mu nasprotujete?« Eden od globljih pomenov tega vprašanja bi se glasil nekako tako: Ko srečate neko osebo, jo sprejmete ali ji nasprotujete? Jo sprejmete takšno, kot je, ali jo obsojate? Večina ljudi misli in zase trdi, da druge sprejema takšne, kot so, praksa pa kaže, da je v resnici ravno obratno! To se je najbolje odražalo na predavanju g. Jerneja Piclja, kjer so bila kot največji problem izpostavljena vprašanja o tem "kakšna je ona druga" in "kaj vse ona govori o meni".

Ljudje so vedno govorili, govorijo in bodo govorili o drugih. Največkrat slabo. Da se potem sami počutijo bolje. Veš, vseeno je, kaj govorijo drugi! Tega ne moreš preprečiti! Bolj kot se trudiš, bolj govorijo in poskušajo škodovati! Prav tako sem prepričana, da večina med nami misli, da bi v preteklosti marsikaj lahko naredili drugače! Ne bi!

Ne bi! V tistih okoliščinah, s tisto pametjo, bi vsaka naredila isto.

Ja, z današnjo pametjo bi naredile drugače, vendar tako pač ne gre. Življenje nas pač vedno nekaj uči, samo uvideti moramo!

Zato tudi nikogar ne smemo obsojati. Niti sebe niti drugih! Če bi bila v koži tiste, ki jo obsojaš, bi ravnala isto! Ne veš namreč, na kakšni stopnji je bila takrat njena zavest, ne veš, v kakšnih okoliščinah je živela, ne veš, kako se je tedaj počutila... skratka, ne veš nič! Na njenem mestu bi ravnala popolnoma isto!

Želiš spremeniti svet? Začni pri sebi! Vprašaj se, kaj TI narediš, da bi spremenila tisto, kar te moti! Da bi bili odnosi boljši! Opazuj sebe: govoriš resnico, si prijazna do drugih, znaš koga pohvaliti ali vse samo kritiziraš? Svet namreč lahko spremeniš samo tako, da najprej spremeniš sebe. Samo na ta način bomo prihodnjim generacijam zapustile lepši in boljši svet.

Eckhart Tolle, avtor svetovno znane uspešnice bistvo tega v svoji knjigi "Zdaj. Resnično tvoj je samo ta trenutek" povzame s sledečim spoznanjem: "Tu ste zato, da se lahko uresniči božji namen stvarstva. Tako zelo pomembni ste!" Splača se jo prebrati....

Naj še dokončam zgodbo o vrtnici. Naučila me je nekaj zelo pomembnega! Kolegica K. je na platno narisala prečudovit ženski obraz, ki naj bi ga jaz obdala s papirnatimi vrtnicami. Naredila sem jih preko 200, v preko 50 različnih barvah.

Ko sem jih začela razporejati okoli obraza, so se začeli moj najtežji trenutki v tem gradu. Sploh ni bilo dobro, bilo je preveč barv, preveč vrtnic, slika je postajala čedalje bolj kaotična. Tudi dekletom, ki so jo videle, ni bila všeč. Nobena ni nič rekla, vendar se to čuti, vidi po njihovih odzivih. Gledala sem sliko, popolnoma obupana. Po kakšni uri sem polovico cvetov odstranila in jih začela ponovno zlagati v nekakšne valove. Bilo je bolje, vendar še daleč od dobrega. Najraje bi vse vrgla proč, prosila K., naj obraz ponovno nariše in ge. Vesni povrnili stroške okvirja, saj sem jaz s temi vrtnicami samo vse uničila! Groza!

Na delavnici delovne terapije le redko govorim, tokrat pa sem takoj na začetku prosila go. Vesno, če lahko nekaj povem. »A vi?« Jasno, da je bila začudena. Z vsemi prisotnimi sem torej delila svojo žalostno zgodbo, jih prosila

za pomoč in predlagala, da bi sliko dokončala katera druga. Pre-senečena sem bila nad odzivom, saj se je prav vsaka odzvala, se trudila, razmišljala in pomagala s svojimi idejami, kako bi iz tega »skrupucala« naredile nekaj boljšega. Na koncu smo na predlog ge. Vesne najprej izločile preveč izstopajoče bele in črne vrtnice, potem pa sem jih z veliko muko začela sestavljati na novo. Ga. Vesna me je k temu »prisilila« na tako fin način, kot zna le ona. In prav to, sploh pa podpora mojih sostanovalk, mi je dala novo motivacijo, da skupaj dosežemo najboljši možni rezultat. Zdaj sem prepričana, da bo končni izdelek čudovit in da bo tudi imel tisti »vau efekt«, ki je manjkal, kajne, S.? Res sem vsem hvaležna. Prvič zato, ker ste prav vse prispevale h končnemu izgledu, drugič pa zato, ker sem spoznala, da mora človek, ko ne vidi izhoda, samo prositi za pomoč. Hvala!

Irena



Pripravila: F.S.

13. DOBRODELNI TEK IN HOJA OB RIBNIKIH DRAGE TER PROSTOVOLJNO DELO OB SOJENK ZPKZ IG V CUDV DRAGA

V okviru prostovoljnega dela v Centru za usposabljanje, delo in varstvo Dolfke Boštjančič (CUDV Draga) s katerim Zavod za prestajanje kazni zapora Ig (ZPKZ Ig) že dalj časa uspešno sodeluje smo se v soboto, 14. oktobra 2023 udeležili 13. rekreacijskega teka in hoje ob ribnikih v Dragi pri Igu. Prireditelj je imela dobrodelno noto, saj bodo z zbranimi prostovoljnimi prispevki nabavili pripomočke za delo z osebami z različnimi oblikami hendikepa. 6 obsojenk iz ZPKZ Ig je pomagalo pri pripravi hrane, urejanju okolja, vpisu na štartu in pri drugih spremljevalnih aktivnostih. CUDV Draga v katerega obsojen-

ke redno zahajamo je socialno-varstveni zavod za usposabljanje, vzgojo in izobraževanje, delo, zdravstveno varstvo, medicinsko (re)habilitacijo in nego otrok, mladostnikov in odraslih z zmerno, težjo in težko motnjo v duševnem razvoju in dodatnimi motnjami ter odraslih s pridobljeno možgansko poškodbo.



Slika 1

Prireditveni prostor CUDV Draga

Vir: <https://www.center-db.si/activity/sodelovanje-in-delo-z-druzinami/>



Slika 2

Dobrodelni tek CUDV Draga

Vir: <https://www.center-db.si/12-rekreacijski-tek-in-hoja-ob-ribnikih-v-dragi-pri-igu/>

Slika 3

Druženje z varovanci CUDV draga

Vir: <https://www.center-db.si/>



posebnimi potrebami, govorimo o natančno opredeljeni skupini, ki jo zakon opredeljuje kot otroke z motnjami v duševnem razvoju, otroke z okvaro vida, sluha, govora, gibanja, otroke z dolgotrajnimi boleznimi, učnimi, čustvenimi, vedenjskimi in avtističnimi motnjami, »ki potrebujejo prilagojeno izvajanje programov vzgoje in izobraževanja z dodatno strokovno pomočjo ali prilagojene programe vzgoje in izobraževanja oziroma posebne programe vzgoje in izobraževanja« (ZUOPP-1, 2. člen).

Velika večina otrok, ki ustreza zgoraj opisani kategorizaciji, kljub svojim motnjam živi povsem običajno družinsko življenje. Kar ti otroci potrebujejo, je običajno le nekaj dodatne pomoči pri učenju, razvoju, gibanju, oskrbi in prilagojene učno-izobraževalne programe.

Žal pa so motnje, okvare in potrebe nekaterih otrok s posebnimi potrebami tako znatne, da zanje običajno družinsko življenje ni mogoče. Taki otroci potrebujejo institucionalno varstvo, ki obsega profesionalno osnovno oskrbo, socialno oskrbo ter vzgojo in pripravo na življenje. Te naloge opravljajo tako imenovani domovi za otroke (ZSV-UPB2, 53. člen).

Tem otrokom toplino, razumevanja in iskrene ljubezni ni mogoče zmeraj zagotoviti »poklicno«, zato so potrebni zelo različni prostovoljci, ki se lahko s temi otroci navežejo in vsaj delno nadomestijo tisto, kar jim je bilo iz življenj odvzeto. In prav tukaj obsojenke vidimo naše poslanstvo.



Slika 4

Varovanka CUDV Draga

Vir: <https://www.center-db.si/12-rekreacijski-tek-in-hoja-ob-ribnikih-v-dragi-pri-lgu/>

Primarni cilj našega prostovoljnega dela je zagotoviti toplino, razumevanje in ljubezen otrokom s posebnimi potrebami, ki bivajo v domovih hkrati pa povečati našo motivacijo, saj po takšnem delu pogosto opazimo spremembe v osebni rasti, pri pomoči drugim pa same pridobimo mnogo neprecenljivih izkušenj ter spoznamo še druge skupine ljudi, ki so v naši družbi zapostavljene in marginalizirane.

Pri prostovoljnem delu je zmeraj tako, da z njim nekaj dajemo, velikokrat pa še več dobimo. Prostovoljno delo je priložnost, da prostovoljec posreduje svoje znanje nekemu, ki pomoč potrebuje, hkrati pa lahko skozi nudenje pomoči od prejemnika te pomoči tudi marsikaj, njemu neznanega, spozna (invalidnost itd.). Osebna vpletenost prostovoljca v delo razvija čutenje in ga motivira, da raziskuje in poglobi svoje znanje na različnih področjih otrokovega življenja ter mu na tak način nudi kar najboljšo laično pomoč in podporo. Otrokom z nudenjem pomoči tako pomagamo pri premagovanju primanjkljajev, ovir in motenj na različnih področjih, nudimo možnost za vključevanje v širše socialno okolje in sobivanje različnih skupin otrok, vzpostavljanje in krepitev socialnih stikov med različnimi skupinami otrok, občutek lastne vrednosti, izboljšanje samopodobe, spoznavanje, da imajo različni ljudje različne potrebe, spoznavanje in razvijanje otrokovih potencialov, spoznavanje in vzpostavljanje stikov z živalmi in naravo ter spoštljivo sožitje ter sobivanje z njimi.



Slika 5

Delo z varovanci CUDV Draga

Vir: <https://www.center-db.si/program/sola-vzgoja-izobrazevanje/>



Slika 6

Delo z varovanci CUDV Draga

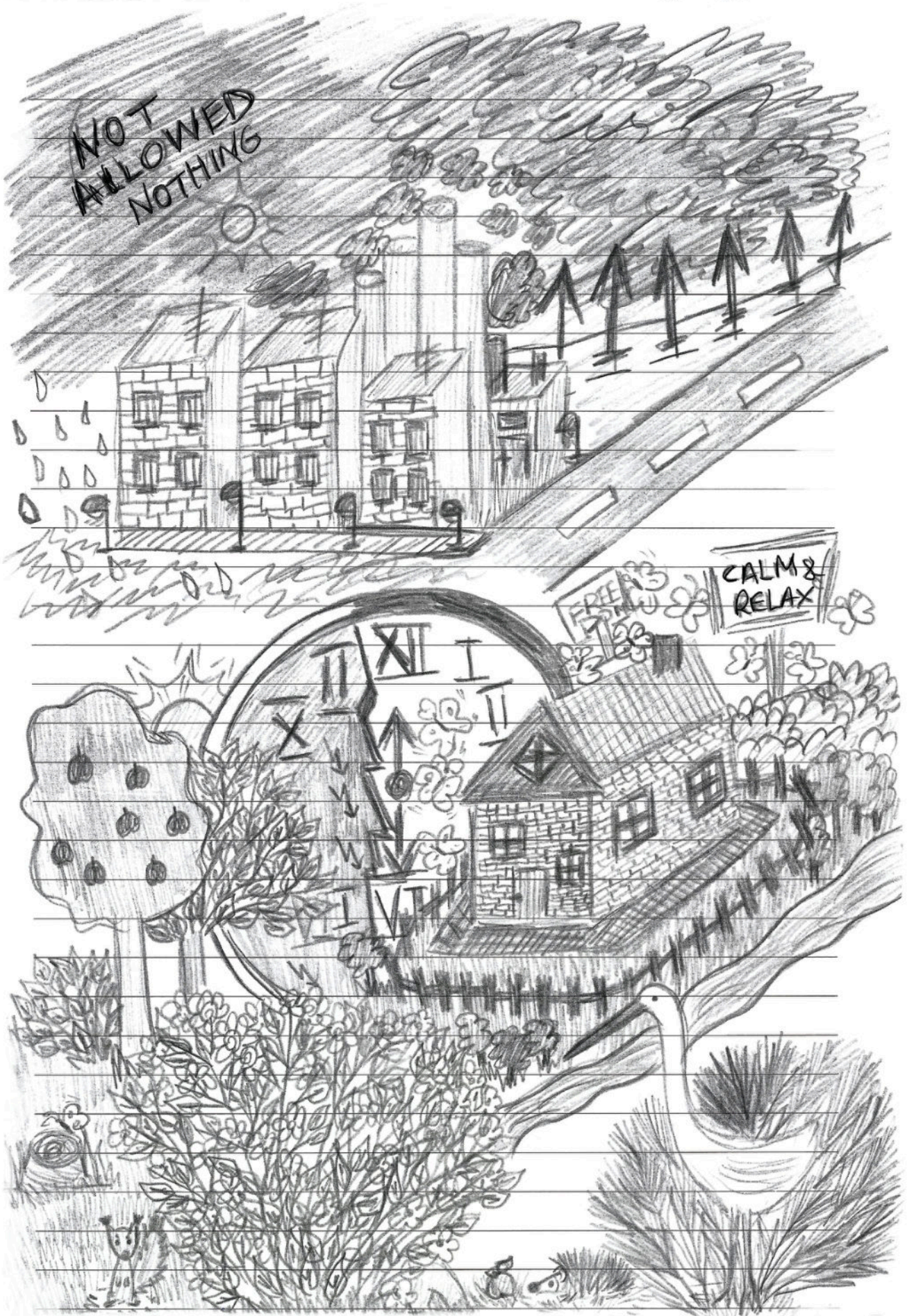
Vir: <https://www.center-db.si/program/ekosola/>

Projektu prostovoljnega dela v CUDV Draga se bomo še v bodoče z veseljem pridružile, saj nas veselje in žar v očeh otrok notranje napolni in navdušuje hkrati pa se počutimo sprejete in koristne. In ne nazadnje, če skupaj doprinesemo vsaj kanček brezskrbnosti v otroštvo, da izživi to kar so, potem smo na dobri poti, da se nekega dne prebudimo v družbi, kjer bodo otroci z neizživetimi sanjami prej izjema kot pravilo.

VIRI:

Zakon o usmerjanju otrok s posebnimi potrebami (ZUOPP-1) (2011) Uradni list RS, št. 58/11, 40/12 – ZUJF, 90/12 in 41/17 – ZOPOPP

Zakon o socialnem varstvu (uradno prečiščeno besedilo) (ZSV-UPB2) (2006) Uradni list RS, št. 3/07, 23/07 – popr. in 41/07 – popr.



Anonimni vir

Blondinki se odpravita v gozd
iskat božično drevo.

Nenadoma se ena ustavi in reče:
»Jaz imam tega dovolj, ne grem
se več!«

»Kako to misliš?« vpraša druga,
pa ji odgovori:

»Dovolj imam iskanja božične-
ga drevesa. Prvo drevo, ki ga
zagledava vzameva, četudi brez
okraskov!«

Maja S.

VREMENSKA NAPOVED ZA ZPKZ IG

Dan se lahko začne megleno, z
zaspanimi in mrkimi pogledi na
hodniku ali ob prvi jutranji kavi.

V dopoldanskem in popoldan-
skem času se lahko pokaže tudi
sonce, ko ti kdo nameni lep
pogled ali izreče prijazno besedo,
oziroma, ko ti Zavod kaj odobri.

Toda, sončnega vremena bo
malo, več ali manj bo pretežno
oblačno, in za ljudi obremenjujo-
če vreme, ki bo v njih sproščalo
preizkušanje glasnih žic, v obliki
vpitja bogovom lepega vremena.

Vmes se lahko močno zoblači, kot
da bo nevihta, zapiha pa lahko
tudi strašna burja, ki lahko koga
sunkovito odnese na zaprti režim.

Noč bo sprva nemirna, glasna ob
zavijanju volkov polni luni, po 23.
uri pa se bo vreme umirilo, in pre-
budili se boste v čudovito jutro.



Maja S.

TIRAMISU

Potrebujemo (za velik pekač):

- Savojardi keksi – 2 paketa (zavitka)
- Kava – ½ litra oziroma ¾ litra
- jajca – 6 rumenjakov + 1 beljak
- sladkor
- Vanili sladkor – 2 vrečkici
- mascarpone – 750 g
- rum – 4 velike žlice oziroma po okusu
- kakav za posip



1. Vzamemo večji in globok pekač.
2. Dno pekača obložimo s Savojardi keksi, tesno drug ob drugem.
3. Z žlico jih počasi prelivamo z ohlajeno črno kavo (lahko je sladkana ali nesladkana. Priporočam nesladkano, ker bomo sladkor uporabili že v kremi). Zalivamo toliko časa, da so keksi pokriti s kavo (ne toliko, da kava na njih stoji. Toliko, da jo keksi vpijejo).
4. 6 rumenjakov, 1 beljak, 20 dag sladkorja in 2 vrečki Vanili sladkorja miksamo cca. 7 – 10 minut, da je krema penasta in , da se sladkorja ne čuti več med zobmi). Kremi dodamo 750 g mascarpone sira, žlico po žlico sproti počasi umešamo v kremo, dodamo 4 velike žlice ruma (oziroma po okusu) in počasi premešamo v kremo.
5. Kremo namažemo na namočene kekse v pekaču (približno 1.5 cm visoko).
6. Nato na kremo zopet damo kekse tesno drug ob drugem, jih namočimo s kavo, in ponovno namažemo kremo 1.5 cm oziroma 2 cm visoko.
7. To lahko še enkrat vse ponovimo, odvisno od globine pekača; lahko naredimo iz dveh ali treh plasti piškotov.
8. Zgornja plast je krema, ki jo posujemo s kakavom.
9. Tiramisu pokrijemo z alu folijo in čez noč postavimo v hladilnik, da se sestavine dobro prepojijo.

Maja S.

KREMNA JUHA IZ BUČE MASLENKE ali HOKAIDO BUČE

Potrebujemo (za 4 osebe)

- 2 srednje veliki buči maslenke ali 1 večjo hokaido
- 1 večji sladki krompir
- čebula, česen, začimbe (sol, poper, muškat. Orešček)
- smetana za kuhanje
- 2 žlici kisle smetane



1. Buči narežemo na cca. 2 cm široke kolobarje. Kolobarje olupimo, in s tem odstranimo lupino. Kolobarje narežemo na kocke premera 2 x 2 cm, in jih operemo. Nato
2. Na maslu prepražimo sesekljano čebulo in jo sprazimo, da lepo porjavi. Dodamo nasekljan česen in ga malo popražimo. Nato dodamo na koščke narezano bučo, in jo ob mešanju pražimo, da se malo zmehča (cca. 7 – 10 minut)
3. Dodamo (zadnjih par minut, ko pražimo bučo) na kocke narezan sladki krompir.
4. Po cca. 7 – 10 minutnem praženju dolijemo 1.0 l vode (vroče).
5. Zmanjšamo temperaturo na štedilniku in počakamo, da juha počasi zavre, pustimo da počasi vre cca. 15 – 20 minut.
6. Med vrenjem juho posolimo, dodamo poper, po želji Vegeto, malo česna v prahu, muškatni orešček, in prilijemo ½ dl smetane za kuhanje.
7. Ko juha vre cca. 15 – 20 minut, jo odstavimo s štedilnika in jo pretlačimo s paličnim mešalnikom. Če je

OGREVANJE

Raztegni in ogrej se.



1 Izvedi vaje za ogrevanje
pred plesom.

2 Peti daj skupaj tako,
da prsti gledajo navzven.



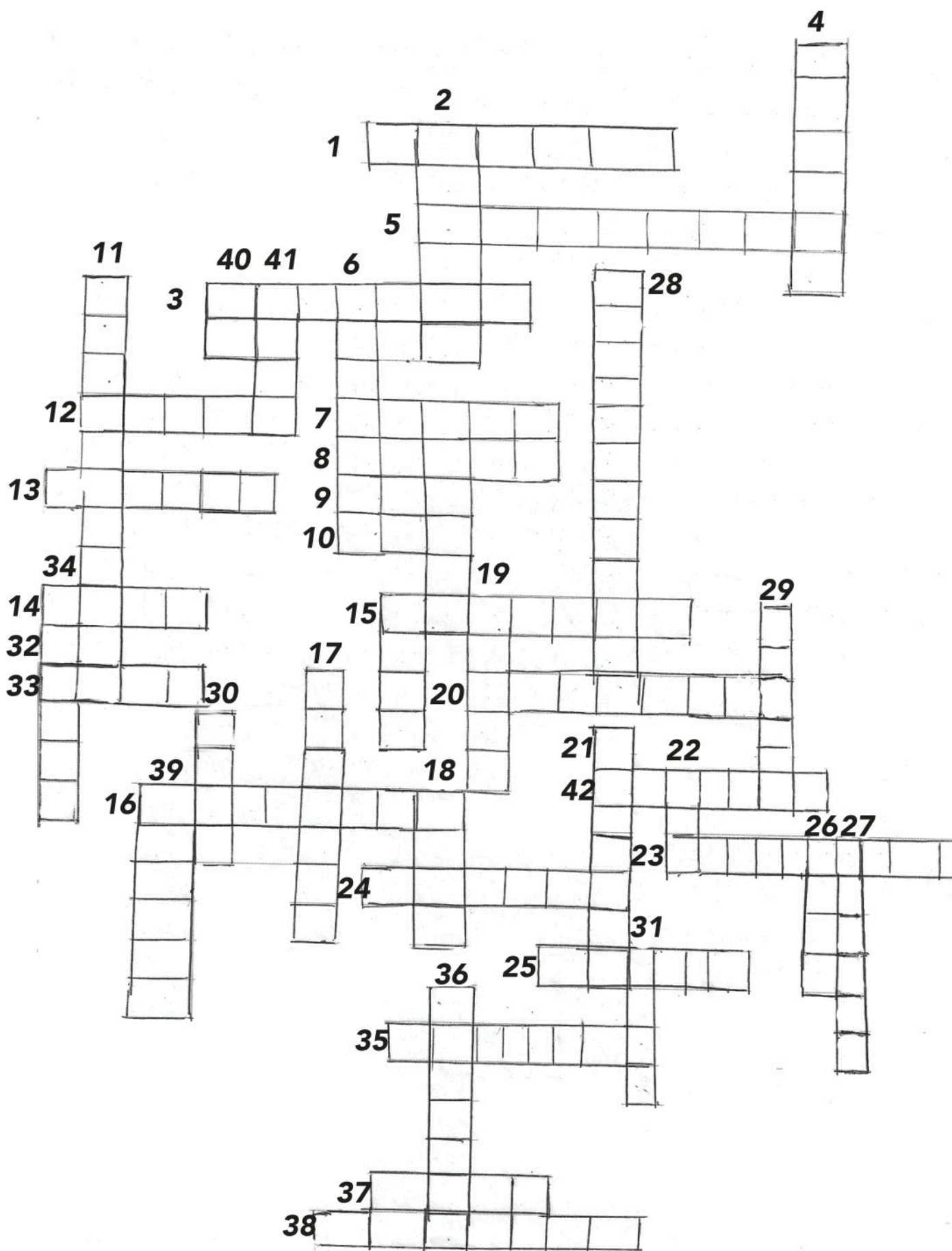
3 Eno roko dvigni v zrak,
drugo spusti navzdol.
Nato roki zamenjaj.

4 Stoj na prstih in dvigni
eno roko nad glavo.

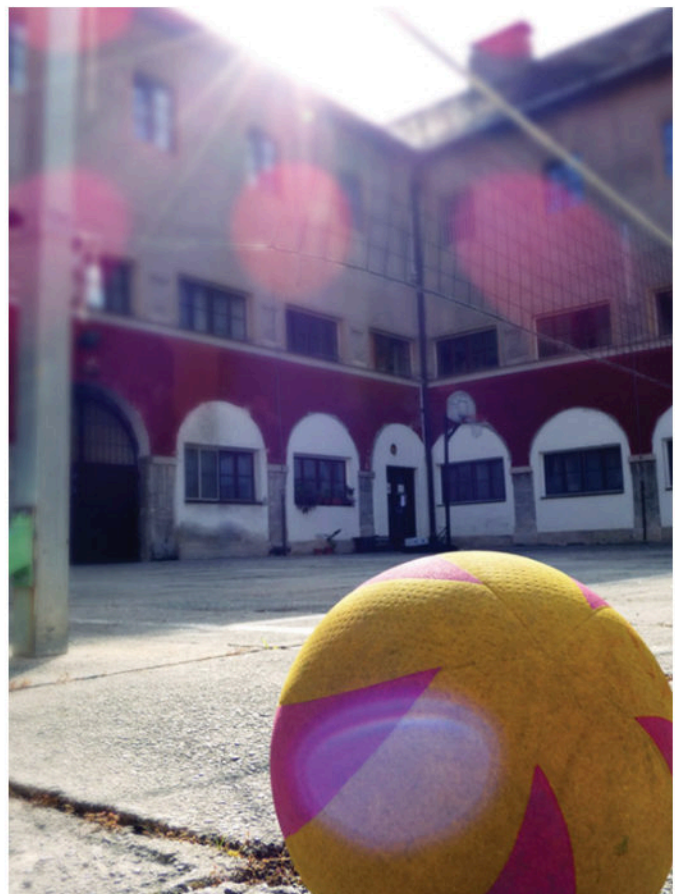
Iztegni prste na levi nogi
in dvigni obe roki.

6 Drži ravnotežje na eni nogi
in dvigni eno roko gor,
drugo pa pusti ob telesu.

5



1. Kaj vtaknemo v ključavnico?
2. Katere živali v gozdu so stekle?
3. Vrsta dreves v parku?
4. Katera soba je VIP v zaporu?
5. Del opreme pravosodnih policistov?
6. Najvišji čin v mornarici?
7. Prebivalka Iga?
8. Ime otoka na Hrvaškem?
9. Prekinitev nosečnosti ali?
10. Vrsta tkanine?
11. Prostor za fizično sprostitev
12. Dnevna naloga pravosodnega policista?
13. Prostor za prevzem dovolilnice
14. Kuhinjski inventar
15. Oseba, ki te sprejme v zapor (Ž)
16. Obiskovalec, ki te zastopa pred sodiščem
17. Igrača otroka in pravosodnega policista
18. Jutranje poživilo
19. Ustanova za prestajanje kazni
20. Modni dodatek pravosodnega policista
21. Ovadba, naznanilo
22. Stanje duha in morale ob prihodu v zapor
23. Dnevni prostor za čekanje
24. Prijava kaznivega dejanja
25. Preverjanje psihično fizičnega stanja
26. Bog ljubezni
27. Atrakcija za otroke v parku
28. Prijateljica 7 palčkov
29. Majhen palec
30. Tekočina za pitje
31. Ženska in moški sta...
32. Krajše - avtocesta
33. Hodi kot...
34. Protokolarno vozilo za pripornice
35. Aparat za preverjanje lažnivcev
36. Obvezni postopek ob prejemu pošiljke
37. Urinski...
38. Na kolegiju me zastopa...
39. Zadnji dan prestane kazni
40. Kraj pri Ljubljani
41. Dom kraljice
42. Poslal te bom za...



Stopinje v svobodo

PREVENTIVNI PROJEKT ZA KREPITEV DUŠEVNEGA
ZDRAVJA V ZAVODU ZA PRESTAJANJE KAZNI ZAPORA IG

Projekt za krepitev duševnega zdravja Stopinje v svobodo je namenjen pripornicam in obsojenkam, ki prestajajo kazen zapora v Zavodu za prestajanje kazni zapora Ig (v nadaljevanju ZPKZ Ig), njihovim otrokom, partnerjem in družinskim članom. V projekt bodo vključeni tudi strokovni delavci in pravosodni policisti iz ZPKZ Ig. S projektom, ki je zasnovan kot celovit projekt varovanja in krepitev duševnega zdravja, želimo ponuditi program psihosocialne pomoči posebej ranljivim skupinam ter povečati dostopnost do preventivnih programov in programov pomoči, zlasti na področju duševnega zdravja, ter posledično zmanjšati neenakosti v zdravju.

V okviru projekta za krepitev duševnega zdravja Stopinje v svobodo potekajo naslednje dejavnosti: individualna psihoterapevtska obravnava in psihoterapevtsko svetovanje za pripornice in obsojenke, pogovorna skupina Premisleki za obsojenke, pogovorna skupina Peron za pripornice, program Mavrični dan za obsojenke in njihove otroke, preventivne dejavnosti za krepitev duševnega zdravja Pozdrav poletju in Pozdrav jeseni ter izobraževanja za zaposlene v zaporskem sistemu. Časopis Izza grajskih zidov je rezultat projekta Stopinje v svobodo.

Partnerji projekta: Inštitut Stopinje, Ministrstvo za zdravje, Zavod za prestajanje kazni zapora Ig in Zdravstveni dom Sevnica.



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE

Zavod za prestajanje kazni zapora
Ig
MINISTRSTVO ZA PRAVOSODJE
UPRAVA REPUBLIKE SLOVENIJE ZA
IZVRŠEVANJE KAZENSKIH SANKCIJ



Podporo projektu je izrazila tudi Uprava RS za izvrševanje kazenskih sankcij.

Projekt financira Ministrstvo za zdravje, sofinancira ga Mestna občina Ljubljana – Odsek za projekte.

Projekt traja od 15. 11. 2022 do 15. 11. 2025.



Mestna občina
Ljubljana

Informacije: info@stopinje.si _ 040 731 115 _ www.stopinje.si

Inštitut Stopinje se zahvaljuje podpornikom projekta
Stopinje v svobodo



Žan Papič (<https://zanpavic.si/>)

Barbara Zalaznik Matos (<https://barbarazalaznik.si/>)

Izza grajskih zidov

Časopis Zavoda za prestajanje kazni zapora Ig

Številka 1

© Inštitut Stopinje, Ljubljana, 2023

ISSN C508-8364

Odgovorni urednik: Martin Lisec

Uredniški odbor: Vesna Orešnik, Andy S., Maja S., Alenka Vujkovic

Lektoriranje: Alenka Vujkovic

Tajnica uredništva: Andy S.

Oblikovanje: Katja Šivec

Tisk: Grafika Gracer, Celje

Naklada: 150 izvodov

Izdal in založil: Inštitut Stopinje, Ameriška ulica 3, Ljubljana

Datum izida: 20. 12. 2023



Izza grajskih zidov

Časopis Zavoda za prestajanje kazni zapora Ig

© Inštitut Stopinje, december 2023