

PAUNOVO

Priloga



Sadržaj

Reč urednika.....	2
Posvećeno dr Veri Trbić.....	4
Hvala.....	4
Ko na brdu ak' i malo stoji, više vidi, no onaj pod brdom.....	6
Savršeni stranci.....	7
Slatka brižnost.....	8
Doživeli srcem, pričamo slikama.....	9
Ko ima oči videće ko ima telefon slikaće...10	
FrizeRaj kutak za ulepšavanje.....	12
Papirne balerine i osmeh dečiji.....	13
Plesnim korakom u novu godinu.....	14
Kreativni kutak.....	18
Mirisi proleća.....	18
Ljubav.....	18
Prvi susret.....	18
Ne znam zašto.....	19
Zar ne želiš.....	19

Buđenje.....	19
MaTi.....	20
Moj živote.....	20
Stvar je tvoje volje.....	21
Kad bih mogla.....	21
Budi čovek.....	22
Šta dajem (drugima), i šta sam dobio (od drugih).....	23
Spoznaja.....	24
Biram da nas predstavim obe.....	24
Predajem prošlosti.....	26
Zovem se Aleksandra Popović.....	27
Žensko srce u šinjelu.....	29
Kroz prizmu vere i religije.....	30
Pitanjem dajem, odgovorom dobijam.....	31
Negovanje Paunovog vrta.....	32
Iskrenost suza i osmeh srca.....	33
Poziv za prijem novih članova.....	34
Zimske čarolije.....	35



Reč urednika

Dragi čitaoci,

Pred vama je šesto izdanje časopisa *Paunovo pero*, osmišljeno kao pažljivi kolaž radova, izdana ka naših srca i umova, naših vrednih ruku, kolorit našeg perja prožet široko shvaćenom temom **Razmene**.

Ovaj broj našeg časopisa, obuhvata vremenski period od juna 2018. do marta 2019. godine. Predstavice aktivnosti hronološkim redom, dok kreativni kutak svakako zauzima centralno mesto i ovog broja, ponoseći se kreativnim do-

prinosom sve većeg broja članova. Svoju svrshodnost, naš časopis je opravdao već prvim brojem – godine koje su usledile prava su potvrda da doslednošću, kontinuitetom, ulaganjem u sebe i druge, možemo postići mnogo. Možemo probuditi svoje uspavano *Ja*, možemo novo izgraditi u još lepše, bolje, i kvalitetnije biće, možemo rascvetati izdanke davanja i proširiti opseg prihvatanja od drugih, raširiti srce, oči i um, a što je nama klubašima već godinama svojstveno – možemo dodavati po novo pero, još lepših i raskošnijih boja na naše paunove i paunice.

Tema ovogodišnjeg Plenuma ZKLAS, *Šta dajem drugima, a šta dobijam od drugih*, poslužila nam je kao šlagvort, kao kruna upravo onome što smo unazad godinu dana svedočili – svemu onome što smo u punoj snazi kao klub i pojedinci iznedrili. Trudili smo se da podstaknemo sve članove Kluba da učestvuju, te, upravo po razmeni, možemo smatrati ovaj broj jedinstvenim - kako u snazi prikazanog zajedništva, objedinjenih različitosti, bliskosti, otvaranja, odvažnosti, tako i u brojnosti učesnika, te velikoj zrelosti i odgovornosti u kreiranju časopisa. Za nas koji smo ga uređivali, označavaće period velikih promena – od osećaja straha od gubitka Paunove; straha da ćemo izgubiti naš najvažniji krov nad glavom i tlo pod nogama, ne ono zavisničko, već realno tlo – možda pomalo i prkosnom snagom, stigli smo do osećaja da smo iznedrili veliko bogatstvo. Mestu gde smo naučili da najpre sebe upoznamo, zavolimo, odmeravamo i ogledamo se – što smatramo velikim i možda neizostavnim preduslovom davanja i dobijanja – odlučili smo da poklonimo krunu našeg rada koju nosimo sa ponosom, i kojom pružamo doktorima i terapeutima raširene ruke; stameni oslonac krovu; a tlu Paunove, još čvršću bazu.

Iz naših zajedničkih druženja u okviru *Porodičnog kluba Paunova* iscrpili smo osećaje i iskustva – hrabre, nekima, prve korake javnog nastupa, vođenja drugih, planiranih aktivnosti, ličnih i zajedničkih odgovornosti, aktivnosti osmišljenih zajedničkim predlozima, uvažavanja raznovrsnosnih potreba i interesovanja svih članova i uzrasta. Stavove o tome šta za nas predstavlja *Razmena*, u velikoj meri gradimo upravo ovde, te tako sebi i drugima dugujemo upravo sadržaje koje pred vas stavljamo.

U uvodnom delu iz ugla zahvalnosti i dužnosti, predstavice priručnik za lečenje ženskog alkoholizma *Put leptira*, kao važan stručni i literarni biser, kovčeg s blagom ličnih iskustava i ispovesti – koji kako zbog dugogodišnjeg posvećenog rada i iskustva terapeuta Danice Đukić Bošković, te zbog posebnog senzibiliteta pedagoga Anđelke Jelčić, tako i zbog jednog posebnog pečata i velike vrednosti koji u sebi nosi – poslednje recenzije Dr Vere Trbić, koja je početak ili nastavak zdravog života za mnoge od nas. Prikazi naših doživljaja turističkih poseta Avali, Skupštini ZKLAS u Kraljevu, Manastira Žiće, učešća u poetskoj večeri u Klubu *Zdrav život*, ili učešća na Plenumu ZKLAS u Sremskoj Mitrovici – dočaraće vam da je u osnovi podstreka za razmenu, iskorak u nepoznato, prilika da istu realizujemo u drugim ambijentima, vežbajući svoju socijabilnost, izloženost, vera u sebe i vrednovanje drugih. Metaforična putovanja u detinjstvo kroz slatkoću zimnice, ili težnja da zadovoljimo i zaslužimo dečje os-

mehe na radionici ukrasnih balerina, kao i umetnička putovanja kroz pozorišne predstave ili poeziju, za nas su značila rad na sposobnosti da primimo, damo, osećamo empatiju, gradimo bliskost u razmeni. U kreativnom kutku, predstavljena je lepeza načina na koje doživljavamo prirodu, voljenu osobu, svoje roditelje, svoju prošlost, svoju ulogu podrške, realna i zdrava ograničenja, podstreke volje i motivacije, svoju i tuđu čovečnost i svoj život u celosti. Foto konkurs je vizuelni prikaz momenata koji otopljavaju emocionalnu zimu u nama i odraz spremnosti za podelu najdragocenijih, malih opažanja koji nam život obeležavaju čarobnim predznakom. Kroz prikaz filma *Savršeni stranci*, bavili smo se pitanjem iskrenosti u razmeni, te koliko zapravo dajemo i uzimamo od svojih prijatelja, partnera, dece, ali i od sebe samih. Razmena religijskih stanovišta kroz prizmu bolesti zavisnosti obogatila su naša poimanja duhovnosti, dok su autorski prvenci poput foto izložbe Vuka Cvijovića za nas imali važnu ulogu da predstave kako ojačanje individualnosti iznedruje kolektivno bogatstvo. Sadržaji poput frizeraja izmestili su nas za trenutak u promišljanje o tome šta razmenjujemo sa drugima svojom tzv. „fasadom“, i dodatno obogatila za nivo brige o sebi i svom fizičkom izgledu. Jezičko i misaono bogatstvo sticali smo i na kvizu koji nas je podsetio da znanje moramo stalno nadograđivati i da nema tih lekcija koje nije vredno ponavljati. Jedna od njih je i lekcija kojoj nas uče naše radne akcije – da brinemo o sopstvenoj bašti, da uvek govorimo iz *Ja*, ogledajući se u vrednim drugima, vraćamo pitanje na sebe šta sam ja mogao/mogla drugačije – da bismo veslali uzvodno.

Neizmernu zahvalnost dugujemo terapeutu Danici Bošković-Đukić za posvećenost, istrajnost u podršci svim planiranim aktivnostima, u aktivnom učešću, iskrenoj predanosti i vremenu pruženim članovima Kluba, terapeutu Tanji Adamović na podršci našim aktivnostima, kao i dr Vladanu Jugoviću, šefu Dnevne bolnice za bolesti zavisnosti „Prim. dr Branko Gačić“ za pruženo razumevanje i podršku u proširenju naših potencijala u rehabilitaciji kroz socijalni klub. Za uspešnu i autentičnu realizaciju časopisa, zahvaljujemo se Višnji Indić Đoković, za dizajn i prelom teksta, Anđeli Bokan, za lekturu i Vukanu Vukaniću, za ilustraciju naslovne stranice. Svim vođama sekcija, učesnicima foto konkursa i svim autorima tekstova i pesama se od srca zahvaljujemo i čestitamo!

Urednički tim:

**Snežana Timotijević, Aleksandra Popović,
Anđela Bokan i Dejan Đoković**



Doktorki Veri Trbić, divnoj ženi i velikom terapeutu koja je beskrajnom stručnošću i bezrezervnom posvećenošću utabala i osvetlila put na kom su mnoge izgubljene duše stasale u jake, stabilne, samosvesne ljude, koji sigurni u sebe konačno žive život dostojan čoveka, život u kome uživaju i kome se raduju. Ostavljajući nam nesebično za sobom putokaze, upaljene svetiljke, vrednosti kojima da težimo i oruđa koje u tu svrhu možemo da koristimo, poklonila nam je kovčeg sa blagom, da iz njega svakodnevno crpimo motiv, snagu, podršku i sigurnost.

Posvećeno dr Veri Trbić

**U ZNAK SEĆANJA, POŠTOVANJA I ZAHVALNOSTI...
ZA NEZABORAV**

Hvala

*Sada ste duša što bdije nad svima nama
Uvek ćete biti tu negde, svetlost kojoj ne može ništa tama
Iz dirnutog srca kanula je suza, ona koje se ne stidim
Što nisam rekla hvala dok sam mogla da vas vidim
Hvala za pruženu ruku koja mi tada nije dovoljno značila
Izvinite što me je dubina ponora više privlačila
Hvala za prvi korak, bez kog ne bi bilo mog puta
Izvinite što je bio nesiguran, što sam bila na život ljuta
Hvala vam za svaku reč koju ste mi dali
Izvinite što su moji kapaciteti da ih čujem, bili tako mali
Ali svaka je nastavila da klija u meni kao seme
Izvinite što vam nisam pokazala niklo drvo promene
Hvala vam na pogledu kojim ste mi nadu nudili
Izvinite što je moj bio previše mutan da bi nam se bliže susreli
Hvala vam za putokaz ka slobodi koji ste mi pokazali
Izvinite što se na tom pravom putu nikad nismo sastali
Hvala vam što ste posvetili život vaš
Borbi da počnemo da cenimo naš
Hvala vam što ste gradili temelje mesta gde živi istina
Da je zdrava porodica sreće suština
Hvala vam za jasne okvire i granice bez okova, koje ste tkali
Hvala vam za stvaranje bezbednih bedema iza kojih smo stali
Hvala vam za sve alate koje ste godinama tesali
Da bi danas u našim rukama najsigurnije korake plesali
Hvala vam što ste stvarali mesto koje diše iskrenošću kao dom
Puno podrške, bliskosti, radosti, gde stojimo čvrsto svoj na svom
Hvala vam za vrednosti za koje ćemo da se borimo da bi im vek produžili
Izvinite za sve što niste zaslužili
Hvala vam što ste nekim velikim ljudima sve što ste imali nesebično dali
Budite ponosni kako su nastavili tamo gde ste vi stali
Hvala vam što ste ostavili zvezdani trag koji punim srcem pratimo
Mirno spavajte i čekajte nas, da vam sve što ste nam dali jednog dana vratimo*

Aleksandra Popović



Dana 21.10.2018. godine preminula je dr sci Vera Trbić, neuropsihijatar, porodični terapeut, dugogodišnji Šef Dnevne bolnice za bolesti zavisnosti „Prim. dr Branko Gačić“. Doktorica, terapeut, podrška i prijatelj, koja je u svom bogatom radnom veku, koji je prevazilazio okvire bolesti zavisnosti, spasila mnogo života, vratila na hiljade osmeha, ponovo povezala mnogo porodica izgubljenih u beznadu, probudila mnogo uspavanih ljubavi. Simbolika ili ne, samo dan nakon što smo proslavili oslobođenje Beograda, preminula je žena zahvaljujući kojoj je mnogo porodica posle godina i godina ropstva dočekalo svoju slobodu, svoje jutro, svoje Sunce. Za mene će ovaj dan uvek biti tužan, ali obojen sećanjem na nju, velikim poštovanjem i zahvalnošću koje joj dugujem, ali i komadićem praznine u duši, parčencetom koji nedostaje u ponosu i sreći promena koje sam napravila. Ti delići potpunog zadovoljstva ostali su zauvek u prošlosti, tako gde sam propustila da joj se zahvalim oči u oči, da joj se pohvalim novom slikom života koju gradim i u čijem centru sa ponosom, nasmejana stojim. Zahvaljujući svemu što sam naučila, na mestu gde je ona bila profesor života, ti delići mi nisu mučan teret koji me sputava, nosim ih odvažno kao deo svoje nesavršenosti, kao deo dragoce-nog prtljaga, ličnog iskustva i večne opomene da život ne voli odlaganje. Kao dugogodišnji stub naše Paunove postavila je bedeme mesta na kom je ogroman broj neserećnih bića našao prvo spas, učio prve korake i prohodavao, a onda pronašao zaštitu i sigurnost kojima je kasnije naučio da obezbedi svoj život. Mesta gde smo svi radeći istrajno i mukotrpno na sebi, postajali bolji, vredniji i kvalitetniji nego što smo ikada bili. Gde smo izrasli u sposobne i hrabre ljude sa stavom, interesovanjima i težnjama, pune samopouzdanja i samovrednovanja, koji vole život koji žive, koji se osaćaju sigurno i komotno baš u svojoj koži. U ljude koji mogu da osete i pruže ljubav, da prepoznaju i vrednuju male stvari i velike sitnice koje čine sreću. To mesto koje diše iskrenošću u ritmu najveće istine da je zdrava porodica suština sreće, obojila je bliskošću, podrškom, autoritetom i toplinom, pravilima i granicama koje nisu okovi, već olakšice, putokazi i čuvari naše sigurne zone. Brusila je godinama sva oruđa, da bi danas iz riznice istih, birali i dobijali baš ona koja najbolje pašu ruci svakoga od nas. Udahnula je u to mesto vrednosti, kojih se neki veliki ljudi čvrsto drže i bez zadržke pronose dalje. Može da bude ponosna kako su nastavili baš tamo gde je ona stala, kako su nastavili da nas daruju svime čemu ih je naučila, svime što im je nesebično dala. Sasvim sigurno nije slučajnost što je njen poslednji tekst bio recenzija knjige Put leptira autorki Danice Bošković – Đukić terapeuta našeg Kluba i Anđelke Jelčić. Svojim stručnim prikazivanjem, dr Vera Trbić je dodala posebnu vrednost knjizi visoko edukativnog sadržaja, koja nudi

saznanja o faktorima rizika nastanka i razvoja zavisnosti, spoznaju o toku bolesti, promenama ličnosti i drugim posledicama, i kao najvažniju poruku donosi nadu da postoji put oporavka. Možda i najveće bogatstvo ovog priručnika je dugogodišnje iskustvo u koje je stalo pregršt priča mnogobrojnih žena koje su godinama unazad prolazile kroz dnevnu bolnicu i terapeutima nesebično poklanjale svoje priče, istine, uspone i padove, dna, promene i pobede, kojima su sebe utkale u stranice ove knjige. I sama sam, na samom početku rehabilitacione faze lečenja, punim srcem i otvorenim umom, kao zahvalnost za novi život koji mi je poklonila, svom terapeutu poklonila svoje iskustvo, svoju priču, svoju iskrenost, svoj poneki uvid do kog sam došla u tom momentu, dala od srca još jedan deo sebe, ređajući svoju pločicu na putu oporavka na koji će zakoračiti mnoge žene, listajući stranice ovog priručnika.

Život se mnogo puta do sad pokazao kao reditelj, čija je uvek poslednja. Možemo ga smatrati surovim ili blagim, može nam se učiniti pravednim ili totalno nefer, manje ili više nam se dopasti kako postavi scenu, ali jedno je sigurno, na nama je da uloge koje su nam dodeljene, sa već postavljenim kulisama, odigramo najbolje što umemo i pronađemo neki smisao, onaj zračak Sunca koji će nam otopliti srce i koji ćemo prihvatiti kao naš poklon, našu vrednost, naše lično bogatstvo. Put leptira je dobio krila, zrak Sunca je zasijao kroz predgovor knjige koji je još jednom potvrdio svu vrednost i bogatstvo autora, postao lično blago. U nepravdi kojom nam srce bije kad gubimo blisku i dragu osobu, najvećima se desi pravda. Desi se smisao i simbolika uzimanja i davanja, smisao uzajamnosti kao suštine ljudskog postojanja. Između korica priručnika, koji će proći kroz ruke hiljada žena, spasiti još mnogo života i učiniti ih lepšim i kvalitetnijim, živeće zauvek poslednja odlična ocena učitelja, mentora, bezrezervne podrške i prijatelja svom najboljem učeniku. Kao poslednji pozdrav, kao poslednje bravo, kao poslednji izraz poštovanja i podrške još jednom uspehu, još jednoj ostvarenoj pobedi one koja je od nje učila prve terapijske korake i važne životne lekcije, uz nju sazrevala, kroz zajednički rad rasla i porasla u ponos koji je uzleteo do nebeskih visina, i odatle je gleda i čuva, pogledom punim ljubavi i podrške. Sigurna sam da negde gore, gde bdije nad svima nama, ne skida osmeh sa lica, kad gleda kako ruku koju je odgajila, mi biramo kao najčvršću, najposvećeniju i najtopliju, da nas povede na put oporavka, duž kojeg sigurnim i odlučnim, a sinhronizovanim korakom zajedno koračamo ka vrednoj i zdravoj budućnosti.

Aleksandra Popović



Turistička poseta

Ko na brdu ak' i malo stoji, više vidi, no onaj pod brdom



Iako za sada retke, naše turističke posete postale su značajni deo nas, naše obogaćenje, naše neobrisive veze, mala svedočanstva koja život znače. Prenosimo utiske našeg, godinama najstarijeg, duhom najmlađeg, počasnog člana Kluba, koji se ovom prilikom, na radost i ponos svih, odvažio da sa nama podeli svoj neposredan doživljaj u poseti Avalskom tornju.

„Letnje popodne 2018. godine, sastanak Kluba. Nešto nas je malo došlo danas. Tu su Dejan, Višnja i njihova deca, Srđan i Jasna, Zorka i Aleksandar, Jela i ja. Odlučujemo da po planu odemo na Avalu do novog tornja. Nismo pogrešili, priroda je bila očaravajuća. Sa svakim zavijutkom puta uz Avalu, dobijamo na visini, svežini i raspoloženju.

Avala spada u niske planine – svega 511m, ali za nas je značajno velika – naša je. Ime joj podseća na mitski Avalon. Ko zna kakva je to tajna veza!? Ne znamo mnogo ni o Žrnovu – starom gradu obnovljenom u srednjem veku, čiji su koreni daleko u prošlosti, a koji je stajao na vrhu Avale. Ono što znamo je da je nemilosrdno razrušen radi masonskog simbola podignutog na njegovom mestu. Slična sudbina je zadesila i naš prvobitni toranj. Uništen je u bombardovanju 1999. godine. Stižemo do novog tornja. Visok je, vitak, lep, njegova visina je 204,75m. Prostor oko tornja je takođe za divljenje. U blizini je podignuta i mala crkva, brvnara – simbol vere i nade.

Polazimo na uspon, a neki od nas su ovde prvi put. Doživljaj vožnje liftom do vidikovca je neponovljiv, čak i onima koji

još pamte utisak starog tornja. Pored nas ima još posetilaca, jednako zadivljenih prizorom. Sa vidikovca gledamo okolinu i uživamo.

„Ko na brdu ak' i malo stoji, više vidi, no onaj pod brdom.“

Divne reči iz *Gorskog vijenca* našeg Njegoša. Doduše, odnose se na odgovornost i privilegije „onog gore“ – na vlasti, ali su to reči koje mi nehotice padaju na pamet na ovoj visini. Divan pogled, rečima se ne može opisati. Sve se vidi kao na dlanu, more zelenila, crveni krovovi kuća, traka autoputa, talasasta brda i udaljene planine. Radujem se ovom prizoru, našem novom tornju. Biram da u tom trenutku, a i uvek uzimam simboliku snage, obnove i jedinstva našeg naroda. Svi smo zadovoljni osveženošću koju nam je doneo ovaj naš izlet.“

Vojislav Trajković



Filmsko veče

Savršeni stranci



U savremenom dobu, tehnologija je postala neizostavan deo svakodnevnog života. Ljudi su se navikli na razgovore, poruke i društvene mreže, ali i na to da im telefoni predstavljaju intimu koju ponekad ne dele ni sa svojim najbližim.

Iskoristili smo to kao činjenicu, a veoma interesantnu i iz ugla terapije u Paunovoj, kao i postulata samog kluba u kojima je samo transparentna i otvorena komunikacija, naročito između partnera, nužan uslov za napredak u odnosima. Bilo kakve tajne, pa i one na našim pametnim uređajima i kojekavim društvenim mrežama, dovode do igranja porodičnih i društvenih igara, stvaranja trouglova i malih porodičnih paktova.

U samom filmu *Savršeni stranci* (*The perfect strangers*), nekoliko parova na zajedničkoj večeri, **igrajući igru tako što svi moraju da ostave telefone ispred sebe i da pročitaju naglas svaku poruku koja stigne**, žele da dokažu da niko nema šta da krije. Međutim, time **kreću da padaju maske koje imaju visoku cenu**. U početku komično, vrlo brzo odnosi postaju vrlo napeti, a tajne koje se otkrivaju sve više komplikuju međusobne odnose samih likova, pa ni samog gledaoca ne ostavljaju ravnodušnim, i ne ostavljaju ga u poziciji nemog posmatrača, već ga teraju da se i sam preispituje i aktivno učestvuje.

Tri su velike teme-tajne koje će se otvoriti pred klubašima kako

radnja odmiče. Jedna je (večna) tema vernosti u monogamim bračnim zajednicama, druga je tema roditeljstva i odnosa dece sa majkom i ocem, a treća je prihvatanje različitosti, u ovom slučaju vezano za seksualnu orijentaciju jednog od prijatelja.

Pored homofobije, iskrenog i lažnog prijateljstva, lažnog morala i cinizma, zanimljiv je i način kako se u filmu prikazuje odnos između dece i roditelja. Par koji je domaćin večere ima sedamnestogodišnju ćerku koja, upravo kada njima dolaze prijatelji na večeru, izlazi na sastanak sa dečkom. Dok majka misli da je ona sama spakovala kondom u ranac, otac zapravo zna da ga je tamo stavio on sam, želeći na taj način da zna i da će biti spremna za siguran seks ukoliko se na njega odluči. U telefonskom razgovoru koji će, kako radnja filma odmiče, voditi sa ćerkom, a koji će slušati svi prisutni, otkriva se zapravo kako ćerka o odnosima i seksualnosti razgovara iskreno sa ocem, dok sa majkom ne oseća taj vid slobode. Scena u kojoj majka u tišini sluša taj razgovor i shvata koliko je, zapravo, loš odnos koji je izgradila sa detetom, kao roditelju mi je posebno ostavila utisak. Jer ovaj razgovor između oca i ćerke razbija tabue onoga što često osetimo odgajajući sopstvenu decu, taj strah od priznanja krivice, od toga da li smo ili ćemo, u nečemu podbacili, odnosno podbaciti. Kako živimo u društvima gde ne postoje škole za roditelje, a od majki i očeva (naročito od

majki) očekuje se da slede instinkte nepogrešivo i ne priznaju greške, jer je biti „loša“ majka (kao i „loša“ supruga) stvar koju će društvo osuditi, bez prilike za drugu šansu.

Sam kraj filma je pomalo očekivan, rastajući se, prijatelji se veselo smeju, sedaju u parovima u svoja kola, nema buke i besa. Jasno je, cela priča bila je zapravo izmišljena, smela konstrukcija autora, onaj famozni *šta bi bilo kad bi bilo* scenarij.

No bez obzira da li se katarzična večera dogodila, ili bi samo tako izgledala kad bi se dogodila, ovaj film otvara nam važna pitanja o tome koliko zapravo dajemo i uzimamo od svojih prijatelja, partnera, dece, ali i od nas samih. Pitanje „Koliko smo zapravo iskreni?“, tera nas da se zamislimo nad tim koliko nam je tehnologija postala skrovište za tajne, duboko zakopane iza sedam passworda, a gde je ta tanka linija između privatnosti i licemerja. A to je još jedan aspekt života s tehnologijom, čije će se pitanje u budućnosti sve češće postavljati, o čemu ćemo još diskutovati, osporavati i odobravati, dragi moji klubaši.

Film je potpisao italijanski režiser, Paolo Genovese, a isti je ostvario veliki uspeh kako u Italiji tako i širom sveta. Osvojio je mnogobrojna priznanja, od kojih je jedna **nagrada David Di Donatello u kategoriji za najbolji film**, koju godišnje uručuje *Akademija italijanske kinematografije*.

Dejan Đoković



Predavanje sa degustacijom

Slatka brižnost

Kraj leta i početak jeseni obeležava pravljenje zimnice. Bar kada je reč o slatkoj zimnici. Iskoristili smo ovaj trenutak da početak jeseni na Klubu obeležimo predstavljanjem zimnice u čijem priređivanju sa posebnom radošću uživa naša članica Kluba Nata Gromović Popović.

Ne umanjujući količinu napora koji je neophodno uložiti u ovaj poduhvat, Nata ipak ističe zadovoljstvo koje u ovaj rad unosi i samim tim kako kaže „Sve je lakše“.

„Za ovu demonstraciju sam se opredelila za starinske recepte, koji imaju za mene posebnu draž. Izbegavam upotrebu konzervansa i ostalih veštačkih dodataka, čuvajući svoje zdravlje i zdravlje svoje porodice. Dok sam razmišljala koje bih vam recepte predstavila, evocirala sam uspomene iz detinjstva koje želim da podelim sa vama. Moja majka i baka su pravile tu „zdravu“ zimnicu. Pored raznih sokova, sirupa i džemova koje su pravile na radost sve dece, sa posebnom radošću sam se prisetila svoje bake i njenih takozvanih „kolača“ od šljiva za zimu. U sećanju mi je, duboko urezana, ostala slika pravljenja tih njenih kolača. U ustima skoro da mogu da osetim cele komade i predivan ukus šljiva. Određenu količinu već skuvanog pekmeza (sa vrlo malo šećera ili čak bez šećera) stavljala

je na kupusov list i tako sušila neko vreme na suncu. Zatim je to odlagala u drvene sanduke posebno namenjene za ovaj slatkiš. Volela bih da danas negde nađem takve drvene posude i pravim ovaj kolač za svoje ukućane. Ako to budem uspela, sigurno ću vam doneti da probate. Pored kolača, baka je pravila i sušeno voće.

Marsel Proust napisao je scenu o kolaču Madeleinu u šoljici čaja, sećanju iz detinjstva, u knjizi „Jedna Svanova ljubav“ (Du cote de chez Svann), da opiše jedan od najboljih trenutaka u svom životu. Ovo je vrlo uobičajena metafora, o malom činu ili stvarima koje se pozivaju na vrlo jaku memoriju vezanu za detinjstvo, ili barem vrlo jaku emociju.

Rado sam posmatrala proces pravljenja, kako je to sa uživanjem, ćutke, pripremla. Isto tako je znala da nam donese prve voćke iz komsiluka, ako ih mi nismo imali. Bila je to ogromna radost. Volela je nas unuke, beskrajno, kao i svaka baka. Na taj način je pokazivala svoju ljubav, nežnost i brižnost. Misim da sam upravo od nje nasledila ljubav prema toj „slatkoj“ brizi za porodicu, pogotovo u današnje vreme, što se tiče upotrebe tzv. organskih proizvoda u ishrani porodice.

Moj savet je - za sve one koji vole ove slatke „đakonije“ - bolje je napraviti i upola manju količinu, ali u sopstvenoj režiji, čime ćemo izbeći veštačke dodatke. Ako radimo sa posvećenošću, ljubavlju i brižnošću, uživamo kako u lepim sećanjima iz detinjstva, tako i u radosti koju danas svojoj deci, bližnjima, svojim unucima priređujemo i njihova sećanja u kojima učestvujemo.“



Učesće Kluba na Skupštini ZKLAS – Kraljevo

Doživeli srcem, pričamo slikama

Dana 06. oktobra 2018. godine, u prostorijama Gradske uprave grada Kraljeva, održana je XXXVI tematska skuština Zajednice klubova lečenih alkoholičara Srbije. Predstavnici klubova pozvani su da, iz prve ruke, istaknu aktuelno stanje u svojim matičnim klubovima, najveće i najčešće probleme sa kojima se susreću, a sve sa ciljem uklanjanja istih i poboljšanja uslova za rad klubova, popularizaciju značaja klubova, radi povećanja broja članstva i na kraju krajeva, pronalaženja načina za spas onih klubova kojima zbog loših uslova i osipanja klubaša pretili gašenje. Na samom kraju zasedanja postignut je zajednički dogovor kao težnja da sledeća skuština naredne godine, bude vreme za pohvale, šta smo sve uradili i na koji način smo se potrudili da naš klub napreduje i koliko smo u tome uspeali.

Ovo je bilo prvo zajedničko, organizovano putovanje našeg kluba u sadašnjem sastavu. Nas osam predstavnika, napunilo je autobus osmehom, šalom, pozitivnom energijom i željom za druženjem, međusobno, i sa drugim klubašima. Iskoristili smo priliku da se još bolje upoznamo i spoznamo, da napravimo korak napred u našem zajedništvu i bliskosti, da još čvršće isprepletimo našu mrežu tako da zauvek traje. Nakon oficijalnog dela, punih stomaka posle fenomenalne klope koju su nam obezbedili organizatori, iskoristili smo vreme da se šetnjom upoznamo ili podsetimo Kraljeva, prelepog grada u Raškom okrugu, centralnom delu Srbije. Sunce i divno prolećno vreme početkom oktobra pratili su nas sve do manastira Žiča, koji je zajedno sa Crkvom Svetog Uspenja sagradio prvi srpski kralj Stefan Prvovenčani u XIII veku. Mnoge od nas, poseta Žiči vratila je u vreme osnovnih i srednjih škola,



na dačke eskurzije i vratila neke davno zaboravljene, ali drage uspomene kojih smo se prisećali, ponovo proživевši svu moć i snagu, a istovremeno mir i spokoj tok svetog mesta.

Vratili smo se predveče, na isto mesto sa kog smo krenuli, umorni ali srećni, i mnogo bogatiji, zadovoljniji i ispunjeniji. Doneli smo Beogradu naše osmehe, puno srce, neka nova sklopljena i produbljena prijateljstva, divnu uspomenu prožetu zabavom, dobrim provodom i mnoštvom različitih vrednosti koje je svako za sebe prigrlio. Rastali smo se te večeri sa željom da ovakav izlet obavezno ponovimo i obećali našem gradu da ćemo se i tada u njega vratiti još bogatiji i još ispunjeniji.

Aleksandra Popović



Autorska foto izložba - Vuk Cvijović

Ko ima oči videće ko ima telefon slikaće

Fotografija danas kao da dobija ponovo na važnosti. Zahvaljujući pametnim telefonima čini se da nije teško napraviti dobru foto zabelešku. Ipak treba imati i oko i ideju i volju.

Pored nas prolaze – lica, ljudi, predeli... Okrenemo li se, podignemo li glavu, ako pogledamo kroz trepavice videćemo neke divne slike, prizore, fasade... Ujutru, u sumrak, po kiši, magli, snegu, na putovanju, na izložbi, u parku, s decom, s prijateljima, na ulici dok hodaš, dok gledaš kroz prozor, dok slavimo, radujemo se, ili dok smo tužni ili sami...uvek je moguće snimiti život i pokazati lepotu.

Mi svi u porodici volimo fotografiju pa tako volimo i da beležimo trenutke koje provodimo zajedno. I Vuk i ja i deca, pa čak i naša kuća Živka.

Foto izložba Vuka Cvijovića u našem Klubu u Paunovoj, novembra 2018. godine, njegov je prvenac!

Predstavio se sa 24 fotografije u boji i jedne crno-bele fotografije manjeg (A5) formata. To je izbor najreprezentativnijih fotografija, iz velikog fundusa koji poseduje.

Iako formalno amater, svojim pristupom, iskrenim, radoznalim, prefinjenim, izoštranim i širokougaonim okom, pokazao nam je svoje zabeleške telefonom i kamerom visoke umetničke vrednosti i otkrio deliče i radosti života. Ako niste, pogledajte ih, još uvek stoje na duplim vratima sale našeg Kluba...A biće sačuvane kao jedno vredno blago nesebično pruženo posetiocima izložbe, koje je u sebe utkalo brojne osmehe, poglede divljenja i uživanja u lepom.

Aleksandra Cvijović





Fotografisati je saopštavati ono što se fotografiše. To znači stavljanje sebe u određeni odnos sa svetom koji se oseća kao znanje - i stoga, kao moć.

Susan Sontag



Radionica

FrizeRaj

kutak za ulepšavanje

Još jedna kreativna radionica u nizu. I još jedno lepo druženje članova porodičnog kluba „Paunova“. Ovog četvrtka smo imali radionicu frizeraja i profesionalnog šminkanja.

Kažu da srećna i zadovoljna žena zrači iznutra i da nema te maskare, niti četke koje bi zasenile unutrašnji sjaj. Svakako da je zadovoljstvo iznutra moćnije i važnije za sveukupnu sigurnost i lepotu. Ipak, naši članovi i voditelji radionice Mira Milić, profesionalni šminker i Aleksandar Komadinić, frizer, koji je u pomoć doveo i svoju majku Ljiljanu, opredelili su se da daju svoj doprinos što lepšem i kvalitetnijem spoljašnjem sjaju naših dama – paunica.

Uživale su u feniranju, šminkanju, izradi frizura, dobijanju saveta i razumevanju iskustva o nezi i lepoti. Paunova se za tili čas pretvorila u samo naš, privatni bjuiti centar. Dok su dame uživale u tretmanu, naši muški članovi su oduševljeno gledali u svoje „lepše polovine“, kako se uz pomoć frizersko-kozmetičkih trikova pretvaraju u još lepše i zanosnije paunice. Sam događaj je bio svojevrstan performans i javni nastup voditelja i učesnika, prilika da prorade svoje samopouzdanje u podeli svojih vrednosti, stručnosti, s jedne strane i estetske izloženosti s druge strane.

Predstavljene su tehnike feniranja, pravljenja pundri, nanošenja dnevnog i večernjeg mejkapa, kao i davanja saveta kako naneti rumenilo, postići savršen ten, do demonstracije kako za pet minuta napraviti savršenu pundru, ili sebe isfenirati na brzinu u stilu praktične žene.

S obzirom na to da naši članovi rade na ličnom i partnerskom razvoju, toga dana su imali priliku da se dotaknu i vizuelnog, unapređivanju spoljašnje slike koja kao takva i jeste naš prvi doživljaj ljudi koji nas okružuju i čini jedan od važnih aspekata naših života.



Pred završetak radionice, učesnici su bili srećni i zadovoljni – žene, što odlaze ulepšane, devojke što će usput možda dobiti simpatije prolaznika, a muševi, što su te iste žene, baš njihove. Do nekog narednog ulepšavanja, ostanimo srećni i ispunjeni koristeći blagodeti i znanja koja su sa nama nesebično podelili voditelji radionice – bila je poruka sa kojom smo završili naše nesvakidašnje klupsko druženje.

Zorica Komadinić



Radionica

Papirne balerine i osmeh dečiji



Čovek postaje najbliži sebi kada postigne onakvu ozbiljnost koju ima dete dok se igra.

Heraklit

Priprema nove godine u Klubu obuhvata pregršt aktivnosti, mnogo marljivih ruku, te je jedna on njih možda najvažnija, za nas neizostavna, radionica. Voditeljka radionice Višnja Indiđ Đoković osmislila je i otvorila deci prostor svoje mašte, a deca, čitaćete, dvostruko uzvrate.

„Svake godine se trudimo da Deda Mrazu utabamo stazu, da pri dolasku u Paunovu, u naš klub, primeti koliko truda, ljubavi, energije i magije se uloži da prostor kluba zablista i zasija u punom sjaju, a dečiji paketići, iako na oko skromni, uvek budu posebni, jer u njih utkamo lični pečat naših kreativnih ruku.

A naša deca ovog puta su se igrala na novogodišnjoj radionici, čini mi se više nego ikada, njihovi osmesi i zadovoljstvo kreativnog čina ispunili su prostor kluba. U toj igri padali su ljuti i žuti, u oku plavi i crvena krv na zelenoj travi, raznobojni papiri... Ispredali su se u šarene trake i ukrase jarke... A ono malo satenske boje i vitkog stasa, utkasmo uz malo čini, darivasmoo život papirnoj balerini... I drugoj tako, i trećoj i za tili čas u klubu našem, zaigraše na povetarcu igru svoju.

I kako to obično biva, oni najmlađi su rovo iskreni, u radosti, a i kad su tužni, nisu krili svoje oduševljenje... Sve se završi tako, što neko od njih više puta reče, baš tako, hoćemo li i sledeći put raditi nešto ovako...“

Dejan Đoković





Proslava

Plesnim korakom

u novu godinu



I ovog 26. decembra u susret 2019. godini u prostorijama porodičnog kluba Paunova, pri dnevnoj bolnici za bolesti zavisnosti „Prim. dr Branko Gačić“, narastala je svetlost, u očima, osmesima, srcima jedne velike funkcionalne porodice, koja je ponosno pripremala vatromet radosti, snage, znanja i lepih iskrenih želja za doček Nove godine.



Činilo mi se da prvi put ovaj naš prostor zaista izgleda kao mesto gde se proslavlja Nova godina ili sam ga ja prvi put tako osetila...prvi put mi je odiseo zadovoljstvom, toplinom, osećala sam uzbuđenje predstojećih praznika kroz ukrašene zidove, svaki ukras, svaka trakica, šljokica, jelka raspršivali su ljubav, zadovoljstvo, sreću, bliskost, nadu. Sve je sijalo nekim posebnim sjajem. Čula sam zadovoljni smeh, glasne radosti prilikom susreta, dovikivanja po hodniku, bila je to najlepša muzika za takav ambijent. Mnogo lica, neka manje neka više poznata, ali te večeri sam im se svima radovala, srećna što smo svi tu, što nas je mnogo, što prepoznamo i vrednujemo to što imamo, što se smejemo zajedno. Svi su sijali zadovoljstvom jer su svi dali deo sebe u ovu proslavu, svoj trud, učešće, angažovanje od srca...poklonili deo svoje duše da bi ovo veče bilo blistavo, i svi smo zaista blistali, zračili istom srećom i ponosom. Osnaženi i ojačan, željni suštine a ne samo forme, poželeti smo lepo i prijatno vreme jer to zaslužujemo, poželeti smo da uživamo i da se radujemo, poželeti smo sreću i uzbuđenje, poželeti smo zabavu i to smo sebi i pružili. Pokušavala sam da uporedim ovu proslavu sa mnogima na kojima sam bila, i ako je nešto sigurno, znala sam da je ovo jedina na svetu sa koje ćemo svi otići sigurnog koraka, jasnih misli i bistrog pogleda. Jedina sa koje ćemo baš svi poneti uspomenu koja će i ujutru trajati, cela, sjajna, ničim ukaljana. Poslala sam poruku Anđeli da me zvrzne kad stigne, da istrčim da je prva vidim, dodirnem, izljubim. Ne postoji dovoljno jak sinonim za jedva čekanje koji bi opisao kako sam se osećala. Kada je napisala da je blizu, preplavilo me uzbuđenje, ono najpozitivnije, najdivnije, najsrećnije. Nisam videla svoju kumu 5 meseci, svašta je prošla za to vreme, i jedva sam čekala da joj zagrljajem ispričam koliko je hrabra, jaka, koliko sam ponosna na nju, koliko je volim. Kada je stigla potrčala sam ka kapiji, zaboravila jaknu iako je bio kraj decembra, i dok smo skakale i grlile se, uz smeh iz dubine duše, grejalo me srce puno do vrha. Naučila sam da se zagrljaji razlikuju, po jačini, dužini, osećaju koji bude, vrednosti koju dotiču, zadovoljstvu koje ostavljaju. Zagrljaj sa Anđelom je u svemu poseban, najvredniji. Nisam znala šta pre da joj ispričam, šta pre da joj pokažem, kome prvo da je ustupim. Pustila sam je da oseti važnost povratka na mesto gde se ponovo rodila i ostala u dvorištu da udahnem vazduh.





Poznata i nepoznata lica, sva jednako ozarena i bliska, dočekala su me u toplom ambijentu. Učinilo mi se, predugo sam bila na svom porodijskom odsustvu, ka toj kapiji sam trčala prohladnog decembarskog dana, ka tom hodniku gde se dešavaju najlepší i najiskreniji ljudski susreti. I učinilo mi se takođe, to je bila naša najlepší novogodišnja proslava. Najvedrije boje, najširi osmesi, najlakši udisaji vazduha. Upijala sam, uzgred očarana dekoracijama, ukrasima, ručnim tvorevinama najtemeljnijih ljudi na svetu. Koliko su samo svi bili lepi, koliko mi je među njima bilo udobno. Moja kuma, moji lekari, moji prijatelji, moji saputnici, bez ikakve doze poetičnosti ili metafora, u realnom trenutku našeg realnog sveta, srce mi je bilo na mestu, jer bila sam među porodicom.

Iz potvrđivanja lagano skliznuh u boju vokala predsednice kluba. Snežana Timotijević je sigurnim glasom, vodila raznovrstan program, koji prisutne nije ostavio ravnodušnim. Dr. Vladan Jugović je i ovog puta pozdravio sve prisutne,

u svom, uvek edukativnom govoru, kojim nam je poželeo sve ono, za šta smo u tom trenutku bili osnaženi, dakle poželeo nam je mnogo sadržajnog, lepog i konstruktivnog. Iako nije bilo planirano, terapeut Dana je ustala da uruči zahvalnicu i poklon za klub, kao znak zahvalnosti za sve što smo uradili u prethodnoj godini, za trud i angažman. Teško je ne osetiti ponos, kad ti žena koja ti je udahnila novi život, daruje zahvalnost i pohvalu od srca. Njene novogodišnji reči su vesele i neformalne, širi se smeh salom, jer njena pozitivna energija dirguje tako, a mi je kao jedan pratimo. Hor pun poštovanja i divljenja prema svom dirigentu, uglas odaje zahvalnost svom autoritetu.

Posebnu radost pričinjavao je veliki broj dece, koja su svojim glasnim i iskrenim smehom i zadovoljstvom ispunjavala svaki delić događaja i prostora. Upravo je i dečija postava porodice Đoković, aktivnih članova našeg kluba, spremila impozantnu mađioničarsku tačku, kako za ostale mališane, tako i za sve prisutne. Talentovani dečaci su pomerali granice, izvodili najrazličitije trikove bojama, oblicima, i raznim rekvizitima izazivali glasne ovacije i oduševljenje. Posebnu čar celoj večeri, doneo je Deda Mraz, koji je uz svoj čuveni ho-ho-ho smeh, delio najmlađima paketiće, koje su s nestrpljenjem iščekivali. Koliko sam samo bila ponosna, jer to su bili najdragoceniji paketići, niti jedan takav nije se mogao kupiti u dućanima. Ponosna na klubaše koji su ih nedeljama spremali, punili svojim angažovanjem, ljubavlju i svim svojim stečenim čarolijama. U tom raspoloženju, primila sam paketić za Iliju, sa mišlju i željom, da sledeće godine, kad već ovlada prvim koracima, Deda Mraz uruči njemu lično.

Još jedan, već neizostavan deo proslave, bila je tačka nama dobro poznate i cenjene muzičke grupe, San Debelih Žena, koji su doveli atmosferu do vrhunca, svojom melodijom, tekstovima i dobrim ritmom. Pojavili su se u malo izmenjenom sastavu, ovaj put u akustičnoj varijanti, ali ništa manje moćni, energični, sjajni, naši. Na prve taktove smo poskakali, više nisu bili nešto novo, znali smo šta možemo da očekujemo i to smo i dobili...i više, SDŽ uvek ponudi više od onoga što od njih očekuješ. Način na koji su se konektovali sa svojom publikom, doprineo je jednoj opštoj opuštenosti, pa su se i dečica pustila iz naručja svojih raspevanih majki, i zaigrali uz energičnu melodiju, priredivši nam nezaboravnu plesnu tačku. Zajedno smo se prepustili muzici, ritmu koji je svakog vodio na put nekih svojih misli, dok su nam se ispunjena srca čvrsto držala zajedno pod svodovima najbezbednijeg mesta na svetu, naše Paunove.

**Anđela Bokan
Aleksandra Popović**



Kreativni kutak



Mirisi proleća

*Čarobni se mirisi u vazduhu naziru,
April pomalja početke svoje
Sećanja na detinjstvo u meni naviru
Proleća prosipa najlepše boje.*

*Lepota i život na sve strane mirišu,
Ljudi su vedri, nasmejana lica,
Rađanje novog života udišu
Raspevan je moj grad i moja ulica.*

*A mene tako u detinjstvo vrati,
Miris zumbula i jorgovana,
Te me celo proleće prati,
Toplina u srcu iz davnih dana.*

*Vraća me u dane kad sam mala bila,
Gde sam prvo cveće po šumi brala,
Majčine tople ruke i meka krila,
Osmeha kad bih joj prvi zumbul dala.*

*I sad meni neko ljubičice bere,
Poklanja mi buket ozarena lica,
Primam ih sa mnogo radosti i vere,
Jer mi ih poklanja moja Milica.*

*Sa svakim prolećem rađa se i nada,
U neko novo bolje sutra,
Zahvalna sam Bogu za zdravlje i sreću,
Za sve buduće večeri i jutra.*

Zorica Komadinić

Ljubav

*Tiho patim,
U sebi nosim
skrivenu duboku bol.*

*U snovima mojim
Hodiš i opet nas
blizina razdvaja.*

*Ali znam
doći će dan
kada ćemo opet
Ogoljeni od skrupula
Goli i bos
Hodati koševinom
Zaljubljeni u nepoznato
Nerazdvojni biti!*

*Ipak ja nisam
čovjek koji živi
Za tamo neki dan.*

*Ja hoću
Odmah i sad!*

*Zato ustajem
podižem ruke
I kažem
Volim te.*

Dejan Đoković

Prvi susret

...Ipak ponekad i čujem nešto dok se krećem kroz gomilu: „ličnost čoveka ne čini, odnosno, ne gradi ni sadašnjost ni prošlost, već budućnost.“

Sviđa mi se ovo što sam čuo. U stvari, i ne vidim kako bi drugačije ljudi i postojali, odnosno nastavljali da žive, ako to ne bi bilo s nekom, bilo kakvom, tankom vizijom. Taj osećaj sam posadio u sebi. Pazim ga i negujem, jer još je tanan, sićušan, sklon povredama i naglom krah. Zalivam ga i grejem, obasjavam ga ali ne previše jakom svetlošću, ne želim da rizikujem.

Želim da to što gajim, izraste u nešto veliko, lepo i snažno, da se nosi sa svim onim što nas u životu snađe. I znam, treba vremena za to, a treba i podrške. E tu sa podrškom ide malo teže!

Ako želiš podršku, moraš dopustiti da taj neko i uđe u tvoj život. Da zajedno delite iskustvo, osećanja i vreme. I želim to, da se nesebično predam da nekog do kraja života u oči gledam. Želim da volim i voleću, hoću da znam da ti si ta, koja će isto i meni život da da.

I tada sam te sreo....

*Mokre su usne a ruke hladne
Topao pogled pažnju mi skrene
Pun mesec
Ko vlati njene kose
Požurih tada ljubav me čeka
Noge me nose*

*Bosim nogama upijam vlagu
I zelena trava košena nije
Prirodni tepih i kapi rose
Noge su lake
Noge me nose*

*O kad zažmurim
Oči su njene i dalje tu
Plave i njene kose
Vlažne, usne rosne
A noge me nose
Noge me nose...*

Dejan Đoković

Ne znam zašto

Očima sam milovao njeno blago lice,
Upijao savršenstvo koje mi je dato,
Dok sanjario sam javu, smišljao pesmice,
Zbog čega me voliš? – pitala me umiljato.

Rekoh joj da ne znam, ima mnogo toga,
Osećanja da opišem, rečima bi teško bilo,
Ne govorim ustima ko iz srca svoga,
Sve bi tačno razumela kad bi srce govorilo.

Dok u njenom oku, ona iskra sija,
Ista kao prvog dana, vatrena, duboka,
Podseti me šta je život i pogledom me umija,
I okupan tom vedrinom, rekoh: Zbog tvog oka.

Ležim i sanjarim, nežno mi prilazi,
Šapuće mi tiho, bujna kosa me golica,
Dok lebdim na sedmom nebu, osmehom me mazi,
Volim te zbog vedrog, nasmejanog lica.

Dovoljan je znak, dodir njene ruke,
Samo jedan pokret, pogled ove žene,
Nestaju problemi, ne postoje muke,
Volim te jer s tobom, ljubav pokulja iz mene.

Uzmem je za ruku, njenu lepu, glatku,
Blago njene prste zamrsim u moje,
Nežnim milovanjem šaljem porukicu slatku
I rukama joj prenesem odgovore svoje.

Šifra: Poetska proza
Aleksandar Đorđević

Zar ne želiš

Zar ne želiš sa mnom poleteti u visine,
Da tamo pročitaš šta u mom srcu piše
Da dotakneš oblake sa vrhova te planine,
Dok niz naša lica liju kapi slatke kiše.

Svojom blagom rukom nebo da dotakneš,
Da osetiš vetar koji ti kosu golica,
Da budeš na granici, nepoznatom se primakneš
I da slanu suzu, usnom sklonim ti sa lica.

Zar ne želiš sa mnom uroniti u dubine,
Naučićeš kako i bez vazduha se može,
Al' čvrsto me drži još od površine
Da ronimo zagrljeni i mokri do gole kože.

Videćeš školjke, korale, delfine, ribice,
Tvoje nežno telo milovaće morską pena,
Ja ću samo gledati tvoje nasmejano lice,
Blistaćeš od sreće, bićeš mi morską sirena.

Zar ne želiš sa mnom poći u daljine,
Koje niko ne zna, bićemo sami nas dvoje,
U našoj oazi, tamo iza one dine
Gde od slatkog uzbuđenja ručice se znoje.

Da budemo zajedno, hiljadu noći i dana
I da žeđ za tobom u toj oazi utolim,
Dok nam mesec obasjava lica nasmejana
Želim da ti kažem koliko te volim.

Šifra: Poetska proza
Aleksandar Đorđević

Buđenje

Nije me šibao vetar, tek tako, bez nekog smisla,
Ja zračila sam munje, poplavu i oluje..
Nisam se plava i gola uz ledeni kamen stisla,
A da ne postah eho, savesti što žuči bljuje.

Nisu me rastgrli lovci, na zaštićene vrste,
A da ne pustih krvi u dnu mršavog zgloba,
I ne zavikah tada, ne režah da me puste,
Niti je duša smela, pustiti se da proba...

To beše prekjuče, juče.. I godinama daleko.
Aveti prošlosti, senke, danas mi deluju tuđi,
I poverovala ne bih, da mi je jamčio neko,
Ja iznedriću život, iz tog crnila, buđi...

Nije me spasila Vila, tek tako, bez nekog smisla..
U begu od oluja, katkad zarezah drsko,
Ružičasta i gola, uz skute sam joj se stisla,
I da me ugrije opet, i opet, ne bi joj mrsko...

Nisam gradila sama, bez parova ruku pride,
Moj zamak Ustao nije, bez goleme, jasne skice,
Naučile su i oči da bez koprene vide,
Žmureći jedino onda kad k' njima polete trice...

Kontrastom svetova dvaju, ne dam da se sapletem,
Jer ovo danas je Moje, tom stazom čvrsto gazim,
Dopuštam da se setim, a radost da ne ometem,
Što budna dišem i živim, opažam, ali i Pazim.

Andela Bokan

MaTi

*I večeri ove kad sumrak se svije
s' košulja belih miris se širi
bujica snova iz šuma viri
nestade tuga s' lica što bdije*

*smirajem odmara duša mi zlatna
što željna je spokoja, bezbrige i tišine
sad' snovima njenim ptice su platna
po njima slikaju sunčane prašine*

*na liku njenom primećujem bore,
lepe i sjajne što ponosno stoje
svaka je odraz trudova njenih
osmehom srećnim zvezde se zbroje*

*hoda lagano k'o vikor da nosi
kosu što opstaje k'o svila zlatna
uprkos bolu, stidu i nemiru
stisla je petlju i sada se ponosi*

*to nije ponos što su je učili
to druga je stvarnost ona što gradi
štitovi razuma, srca i porodice
nisu to znali kad bili su mladi*

*al' vrednost nova što sada gradi
da svaki problem na dvoboj izazove
sa svakom izjavom „nerješivo ništa“
u meni novu budućnost usadi*

*majka je nova ovu što biram
novu je ćerku izabrala i ona
svakim je sklekom ruku stisla jače
svakom je rečju rekla da joj znače*

*svi moji snovi, u koje sada gledam
sve moje strepnje, želje koje ne dam
svaki moj korak ona podrškom prati
u sebi nosim sidro, jer jedna je mati.*

Snežana Timotijević

Moj živote

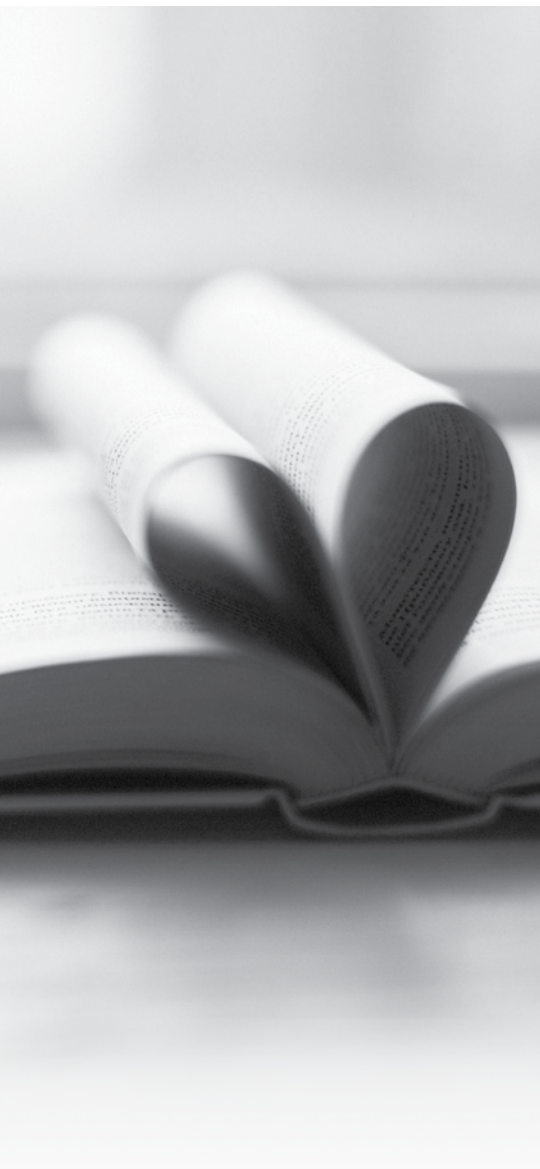
*Tako si jednostavan moj živote,
Pun blistavog sjaja i lepote,
Nismo ni svesni šta ti radimo,
Koliko trnja i korova sami sadimo,
Kako sami svojim otporima zidove dižemo,
I onda bezuspešno uz njih gmižemo,
Koliko svojim ćutanjem sami kopamo duboke jame,
Nemoćni da preskočimo proklinjemo sve prošle i buduće dane,
Koliko su nam kalukulacije loše i pogrešne,
Pa se ćupamo gradeći odnose površne,
Koliko snage trošimo moj živote da manipulacijama štitimo sebe,
Ne sluteći da se tako branimo od najlepšeg dela tebe,
Koliko su nam skrupula i moralnih principa puna usta,
Toliko nam je oko duše magla gusta,
Što se više iza svojih želja i potreba krijemo,
To su dalje snovi koje snijemo,
Hvala ti moj živote što si tako uporan učitelj bio,
Za sve lekcije kroz koje si me proveo,
Hvala ti za svo utrošeno vreme,
Što si imao viziju da vredi da ne odustaneš od mene,
Da nisam jednom najteže pala,
Ne znam da li bih da ti dam pravu šansu znala,
Zbog onog što otkrivam o tebi svakog jutra,
Uživam danas, jedva čekam da uplovimo u sutra,
Stojim pred tobom potpuno ogoljena,
Sa svim svojim potrebama i željama,
Ne spuštam pogled, jer nije mi neprijatno i nije me stid,
Nemam nikog bližeg, ne želim među nama zid,
O kako mi samo vraćaš dragi moj živote,
Sviraš baš koje želim da ćujem note,
Poklanjaš mi muziku, baš onu koja mi fali,
I igram oslobođena, s lakoćom svi okovi su spali,
Ovaj osećaj ne dam, on je budućnost moja,
Ti si živote car a ja carica tvoja!*

Aleksandra Popović



(C) anderver.livejournal.com

Stvar je tvoje volje



*Živela si dugo bez pravila i dotakla svoje dno,
Sećaš li se kako je sve bilo teskobno, crno,
Pisala si i kršila svoje lične zakone,
Osetila na svojoj koži sve kazne dragonske,
Nedovoljno jaka da se krećeš u granicama stvarne sreće,
Postala si telo bez duše, što bez kontrole posrće,
Kad si se već osetila razapetom na stubu srama,
Našla si se u gnezdu spasa, nisi više bila sama,
Okolo tebe vojska sličnih očiju koje se zajedno bistre, bude,
Strogi, dragi komandanti koji se oko vas trude,
Možeš da živiš ili polako umireš, biraj budućnosti suštinu,
Surovost ne umanjuje izbora istinu,
Neko drugi je za tebe smislio ono što ti nisi umela bolje,
Zovi ih putokazi ili pravila, stvar je tvoje volje,
I to onaj ko te iz blata digao kad si mislila da ništa ne vrediš,
Zar nije jedino smisljeno da ih slepo slediš,
Ona crtaju granice tvoj sigurnog polja,
Tu čula ti se bude, buja tvoja volja,
Ona su znakovi tvog bezbednog puta,
Sledivši ih, duša ti je slobodna da za zadovoljstvom luta,
Kad ne znaš da li grešiš, ona su ti olakšanje,
Tvoje najjače oružje je o iskušenju znanje,
Te granice ne nose lance i okove,
Čine sigurnijim tvoje skokove,
Ne boj se tereta ograničenja tih,
Tvoja sloboda je neograničena unutar njih,
Kada ih shvatiš kao saveznika koji donosi oku najprijetnije boje,
Osetićeš da ono što živi unutra, tvoja sreća to je,
Ali zapamti da menjaš ceo ram moraš, to je korak prvi,
Tamo ne uspeavaju prošlosti korovi,
Da izbaciš sve slike pa polako da stvaraš nove,
Prigrliš poj slavuja kad čuješ gavrana da te od nekud zove,
Moraš dobro da zagrižeš u svoje lične promene,
Tamo nema kulisa za već odigrane, mučne scene,
Ako otpore čvrsto držiš uza sebe,
Neće ti se otvoriti vrata, koliko god da tvoja ruka očajno grebe,
Ako dopustiš da te unutra stare navike i ponašanja uvuku u mašinu,
Nećeš spoznati svoj lični raj, već nelagode svu težinu!*

Aleksandra Popović

Kad bih mogla

*Kad bih mogla čarobnim štapićem da mahnem,
snagu diva da ti udahnem,
ali ne, čarobnjak nisam...
Kad bih mogla da pucnem prstima samo,
gde je sve blistavo da te vratim tamo,
ali ne, mađioničar nisam...
Kad bih mogla da sve ružno pred tobom čistim,
da ti svu lepotu koju daješ vratim istim,
ali ne, vetar nisam...
Kad bih mogla tvoju ranu da zacelim,
tvoju tugu na pola da delim,
ali ne, čudotvorac nisam...
Kad bih mogla da učinim da tvoje suze ne teku,
potok se nikad ne bi ulio u reku,
ali ne, suša nisam...*

*Kad bih mogla da učinim da ti je lice u osmehu celo,
zaigrala bih svaku ulogu, obukla najsmješnije odelo,
ali ne, glumica nisam...
Kad bi ispunjavanje želja bile moći moje,
prve na listi bile bi tvoje,
ali ne, zlatna ribica nisam...
Ali zato sam od krvi i mesa žena,
za ono što mogu nebitna je cena,
mogu ruku uvek da ti pružim,
teret koji nosiš njom da pridržim,
mogu uvek osmeh od srca da ti poklonim,
podršku da ponudim slabosti da otkloni,
mogu uvek da ti uputim reč, toplu i dragu,
da dotakne srce, osnaži tvoju snagu,
mogu da mislim na tebe dok skroz ne izbledi crna,
I hoću jer sam ljubavi i poštovanja puna.*

Aleksandra Popović



Budi čovek

*Budi čovek...
Imaš tu priliku, pripadaš ljudskom rodu,
Pruži ruku, osetićeš slobodu,
Budi čovek...
Okreni se oko sebe malo,
Pokaži očima koje te traže, da ti je stalo,
Budi čovek...
Malo tvoje pažnje nekome će mnogo da znači,
Ukaži pomoć ako si trenutno snažniji, jači,
Budi čovek...
Uloži malo napora i truda za drugo biće,
Pomozi prijatelju da i on vidi kako sviće,
Budi čovek...
Skreni za tren sa svog puta,
Ako treba putokaz duši koja luta,
Budi čovek...
Pogledaj ponekad u osobu pored sebe,
Ponudi podršku, osnažiće i tebe,
Budi čovek...
Ukradi malo svog vremena pa drugom pokloni,
Zadovoljstvo je kad čuješ zvono zahvalnosti da zvoni,
Budi čovek...
Daruj malo ljubavi nekome od srca,
Zaigraće tvoje veselo, kad njegovo u istom ritmu zakuca,
Budi čovek...*

*Ne žuri, imaj strpljenja,
Za onoga ko u tebe ima poverenja,
Budi čovek...
Nasmeši mu se, zagrljaj i lepu reč daj,
Vратиće ti toplinu, njegovog oka iskreni sjaj,
Budi čovek...
Šta je solidarnost dobro pamti,
Nemaš urezano mesto na karti,
Budi čovek...
Jer začas život točak sreće zavrti,
Začas se probude duhovi prošlosti,
Budi čovek...
Dok se boriš za svoje snove,
Pazi na granicu koja se sebičnost zove,
Budi čovek...
Ne daj da te preplavi nezainteresovanosti val,
Izgubiš li ljudskost, kad tad osetićeš žal,
Ne utapaj se u prosečnost, svi smo mi ljudi,
A ti se potrudi pa čovek budi!*

Aleksandra Popović



Učešće članica kluba na Plenumu članova ZKLA Srbije – Sremska Mitrovica

Šta dajem (drugima), i šta sam dobio (od drugih)

U svojoj uvodnoj reči o smislu održavanja plenuma, prof. dr Tomislav Sedmak rekao je da kako vreme protiče, plenumi postaju sve bolji. Predložio je posmatranje plenuma kao važne tačke individualizacije svih učesnika. Kroz svoje komentare na tekstove i pesme učesnika, obuhvatio je niz tema kojim bismo mogli da se bavimo u razvoju svoje ličnosti - od pitanja zahvalnosti, poštovanja drugih i koristi istog za lični razvoj i razvoj života u celini, do razlike između ljubavi i bliskosti, šaljivo kritikujući tzv. „prošireno srce“ kojim, po njegovom uvaženom mišljenju, prikrivamo nerazmišljanje o drugom čoveku, do teme očekivanja koja je često kamen spoticanja u lečenju, ali i sveopštem ličnom razvoju. Zanimljivo stanovište, koje takođe obogaćuje naša gledišta je i to da ukoliko imamo bliskost i poštovanje, možemo to nazvati ljubavlju. Takođe, u razmatranju pitanja individualnosti, on takođe ističe i nekorisnost „stapanja s drugima“, nasuprot korisnoj individualnosti koju ne treba osujećivati i za koju treba preuzeti ličnu odgovornost. Na temu praznine, predložene u radu jedne od učesnica, dr Sedmak je govorio da prazninu ne treba opovrgavati, da je ona napouzdaniji prostor uvida u samog sebe, te da od nje ne treba bežati, niti je puniti sadržajima. Istakao je značaj samopouzdanja kao cilja, te podrške koju nam u tom procesu može pružiti mrežasta struktura terapeuta, terapijske grupe i kluba. Naspram čestog prelaženja preko situacija, potiskivanja ili prebacivanja, predlog je upotreba i življenje termina prevazilaženje, za situacije koje su izazovne, ili za nas teške. Kroz prizmu jednog od radova takođe, podsetio nas je da čovek u davanju nikada nije kompletan kada je introjekt, da je potrebno da od sebe da maksimum nečega, kao i na to da je potrebno neprekidno ogledanje

u prošlosti, te da uvek još više naučimo iz svojih nepovoljnih primera. Istakao je značaj testiranja sebe i svog stepena izdržljivosti u stavovima, pažljivije, argumentovanije i doslednije upotrebe termina. Ovu priliku koristimo da se zahvalimo za ojačanja u stavovima koja nam je dao i tema koje je za nas otvorio. Ovogodišnju posetu Plenumu obeležilo je zajedničko putovanje sa terapeutima, brojnost članova našeg Kluba, gde su se i stariji članovi i čitave porodice s decom angažovale oko putovanja, te da je u samom izlaganju učestvovalo četiri članice Kluba. Iskristili smo ovu priliku za izlet kao korisno i lepo druženje, ali i kao priliku da podržimo učesnice našeg Kluba, članove drugih klubova, kao i da o sebi i drugima proširimo vidike i u sebi negujemo aktivno i živo pitanje šta dajem drugima, i šta od drugih dobijam.



Spoznaja

*Kroz sećanje prolazi život moj,
laži, tuga, neiskrenost, nespokoj.
Misleći da živim život vredan,
Shvatio sam koliko je isti bio bedan.*

*Uzimah i davah samo ono loše,
Tonući u grehu, koliko se može,
Povlačeći druge, da se sa mnom guše,
Sve dok nisam izgubio i zadnji deo duše.*

*Svetlošću poveden u pobede nove,
Dobih novu šansu, što se život zove,
Izađoh iz tame, taknu' sunčev sjaj,
Patnji, bolu, sunovratu, došao je kraj.*

*Sada zračim sreću, krčim staze svoje,
Sa ponosom nosim emocije moje,
Dajem samo dobro i uzimam isto,
Poverenje, ljubav, snagu i sve što je čisto.*

*A za uzvrat dobih, još lepše i bolje,
Pružajući samo malo dobre volje,
Prepoznaše mnogi te promene moje,
Sad me vole, poštuju, više se ne boje.*

*Nisam sebe dugo prepoznati mog'o,
Jer iz svega lošeg uzeo sam dobro,
Sada sebe dajem, bezrezervno, lako,
Sreću svoju delim, nek' je uzme svako.*

*Samo sreća i dobro kad' se daju,
Davanjem mogu da se uvećaju,
Primam i dajem, uzimam i tražim,
Živim od sad' istinu, zbogom pusta laži!*

Zorica Komadinić

Biram da nas predstavim obe

Biram da nas predstavim obe, nikako i da pomešam, jer Ona je Ja moje Prošlosti, i jer je se kao takve, nisam odrekla. Pre pet godina, u trenutcima vapaja za izbavljenjem, devojčurak sa dvadeset jednom, Bez Imena, dopustio je sebi da mašta o jednoj samosvesnoj, jakoj, zdravoj i zreloj ženi. Nikada je nije dovoljno dobro izmaštala, niti je bila u stanju toliko da dobaci. Ali stvorila je lik. I tu, gde njena priča završava lik je oživeo uz pomoć znanja, volje i stručnosti nekih drugih ljudi, gradio se i rastao u Ženu sa Imenom. Zovem se Anđela Bokan i od bolesti zavisnosti alkoholizma lečim se u dnevnoj bolnici specijalizovanoj za bolesti zavisnosti „Prim. dr Branko Gačić“ od 2015. god. Pored alkoholizma, na tom mestu sam prihvatila svoj dijabetes, zalečila bulimiju i oživela. Član sam porodičnog kluba „Paunova“ gde imam priliku da se kroz radionice izrazim svojom poezijom, doprinosim kreativnom kutku i pišem tekstove za naš časopis „Paunovo pero“. Takođe, student sam četvrte godine Filozofskog fakulteta, smer srpska književnost i jezik.

No, od svih uloga koje sam naučila da živim najsvežija i najtoplija mi je ona, koja me krasi već sedam meseci, majka sam jednog jedinstvenog dečaka, Ilije. Dok širi ručice ka meni, iz svog nevinog sveta, i traži sigurnost mog zagrljaja,

beskrajno sam ponosna i zahvalna što je njegova majka, ovde i sada, sposobna, da mu tu sigurnost jemči. Niti početak, niti kraj spiska, već sveobuhvatnost mojih dobiti, uvid u sopstvena davanja, važan test jedine škole, koja nakon diplome, iste sekunde obezbeđuje posao. I platu, neprocenjivo vrednu, ako si naučio da nastaviš da učiš. Gotovo se nalazim pred rezimeom mog lečenja, i prirodno mi, spontano dođe da sumiram osećanja, dane, godine, ljude, veze ponikle na plodnom zemljištu naših zajedničkih koraka, pomaka i promena. Na adresi Paunove 2, to parče zemlje zalivali smo konstantno trudom, radom, voljom, deljenjem sebe, osmesima, pokojom suzom koja izbistri pogled, i onom radosnicom, kad bi još jedan izuzetan cvetak, plod naših zalaganja, tu nam, pred očima, u bojama spokoja, procvetao. Deleći iste muke i vodeći iste bitke, spojile smo se u najlegitimnijoj borbi za svoje živote. Kad sam tek zagazila po tom tlu, nakon i pre mnogih drugih žena, Terapijska grupa je dobila još jednog člana ugrubo rečeno, terapeut i Zvezda Danica, još jedan život koji je valjalo spašavati, a ja svoju podršku, ljude u kojima se prepoznajem. Zapravo, praktično i osećajno, bilo je ovako : Ja sam dobila svoja ogleđala prošlosti, sadašnjosti i budućnosti, a oni sunder koji će upijati svet koji reflektuju. Jedan, za mene sasvim nepoznat, novi svet. I bilo je gradirajuće, od sundera, ko-

rak po korak, postala sam nečije ogledalo, podrška i oslonac, spremna na uzajamni proces koji podrazumeva uzimanje i davanje najskrivnijih kutaka duše, misli, strahova i nadanja, sebe u celosti. I ne, nije bilo nimalo lako, No, tim smo jasnije vrednovala svoje promene. SNAŽNIJE smo se držale svetla naše Zvezde i puta koji nam je njime pročistila, ipak nam dajući prostora da se osnažujemo, sklanjajući same deo većeg ili manjeg kamenja, sa tog našeg pravca. Dobijala sam i davala, u neprekidnom toku reke kraj izabrane staze. Davala sam sebe ogoljenu i izloženu, a dobijala od njih čistu i kasnije će se ispostaviti, udobniju presvlaku, novo ruho kojim bi me ogrnule. Davale su mi svoja iskustva i putokaze, i to je njihovo znanje činilo opipljivim, pred sobom i predamnom. Blistale smo u kontrastima, i ponoviću, nije bilo lako, ali iz ove perspektive, bilo je čarobno. Rastući u toj zajednici, moj krhki izdanak, stabiljka je ojačala. Pustila je korenje, zauzela svoje vredno mesto i disala, disala bez straha, jer je u okruženju gde ne može ostati bez kiseonika. Tako osnažena, pružala sam ruku novim članovima, ženama, pokislim dušama željnim Sunca, hrabrila ih, usmeravala, davala svoje primere, i predstavljala sopstvene uvide i promene kao pokazatelj koliko se može, koliko snage smo u mogućnosti da rodimo. Zajedno smo lomile bedeme otpora i gradile mreže unutar kojih smo se čuvala. Uživala sam u otkrivanju vrednosti svake uloge kroz koju sam defilovala. I jedini pravi status kojem smo sve težile, bio je zalečenje tela i duše, srca i razuma, u jednom. Projekat zvani kvalitetan život.

Često sam sebi postavljala pitanje, da li sam u tom procesu više dobila od drugih, nego što sam im sama pružila. I možda nije ključna ta spoznaja, ali za mene je bila izuzetno vredna i korisna. Retrospektivno, iz petnih žila sam se upinjala da dam, pružim, poklonim, istaknem, upozorim. No, bilo je i dosta momenata kada sam samo slušala, upijala, uzimala za sebe, potrebne mi snage. Na kraju dana, uvek bih bila na dobitku, nezavisno od kvantiteta i kvaliteta svojih davanja, uvek bih uspela nešto da uzmem, Ja, ogledalo. I to je fascinantno učinak lečenja. Otkrovenje i bogatstvo, ali samo uz uslov da valjano živimo terapiju. Nikako podstrek za plan gde ćemo odabrati jednu takvu vrstu isključivosti. Jer, i na praktičnom nivou, bila sam posmatrač neminovnog kraha takvih izbora, nekih drugih ljudi, koji su, po presađivanju, iz plodnog parčeta zemlje u kojoj su ponikli, iščupali nažalost ceo koren. Ali, eto novog mesta, za neki novi život, koji sigurno još uvek i ne sluti, koliko će lepo i hrabro procvetati. U svoje ime, odgovorno mogu da tvrdim, da sam više dobila, ali ne zato što sam manje dala. Već zato što sam spoznala i to, da je davanje stil života u kojem nema trgovine, i da, OVDE I SADA, u sebi imam toliko stečenog bogatstva, koje nije u riziku, da ga u poklonu ka drugima, izgubim.



Dodajem za sebe, jedno nepisano, ali važno pravilo terapijskog procesa, koje ne glasi: „Koliko daš toliko dobiješ“, već pre: „onim što daješ, umnožavas svoje dobiti.“ U tom duhu, danas biram da čestitam svima nama, hrabrima, na dobijenom, i na najvrednijem životnom bogatstvu koje smo stekli - umeću življenja.

Andela Bokan

Predajem prošlosti

*prošlosti dajem uzdaha sene,
lutanja snežna, bar pola mene,
da može da stane punoća mi nova,
hrabro te čekam prepuna snova.*

*ti nisi senka što u dubini svojoj,
očajno skriva nemire moje,
ti nisi bunar što bez glasa odzvanja,
gde novčić sreće zalutalo pada,
gde svi su snovi prepuni jada,
magle što ne zna gde joj je kraj.*

*ti nisi strah što pod kožom se gnezdi,
praveći gnoj i u sećanju rupe,
ti nisi prezir što u danu jezdi,
preko sve pohlepe tražeći još.*

*mi nismo rođeni da od života tražimo,
da svoje prirode granice gazimo,
sa sobom nismo naučili da se mazimo,
na probleme se nezrelo plazimo.*

*dajem ti sve to prošlosti podla,
u sebe da ugradiš, uzidaš, osvetliš,
da stoji k'o podsetnik da nikad ne posetim,
te mračne stanice besciljnog puta,
jer duša moja bira da ne luta.*

*praznina je teška, al' iz nje dobijam,
svoj prvi uzdah svež kao znak,
da rođena sam iznova,
ne, ne gubim dah.*

*osećam snagu što struji i zove me,
osećam kako koraci su teški,
puzim najpre, na kolena izdižem,
uz zid se lagano izvijam ka gore.*

*tad' kičma moja strela postaje,
ne znam da govorim,
još psujem žargonima,
moj jezik novi, buni se, neće to.*

*hoće milinu da teče ka van,
ka drugim srcima toplinu da dam,
da sa mnom u blizini prijatelj nije sam,
srca lupanja, osmeha karavan.*

*nisam te shvatila ni isprva ni izdruga,
al' onda kad' u sebi pronašla sam druga,
nisam se pitala, ruku sam pružila,
rekla joj kreni, do sada se nisi združila.*

*gde bila je tuga, ti sazđaj most,
nek' duša tvoja postane ti gost,
riškaj po smeću, vidi to šta je,
na policu novu dobro šta pristaje,
vidi šta bilo je i ostalo smeće,
vidi šta neće više da poleće.*

*popravi, zakrpi, zalepi, radiće,
sve što poželis trudom nadogradiće,
baš niko drugi do tebe same,
i tvoje mrežaste skupine male,
što pruža ti uho, grlo i nos,
ogledala jasna, podršku i ponos,
i nisi sam, više nisi bos.*

*još čućeš kritike što ponekad ti pale,
nemire starmale.
pružaćeš snažno otporu otpor,
i svim ćeš silama pronaći misao,
u zapećku uha što tužno stoji,
moleći te i grdeći što nisi zapisao,
duševne iskre - jer promena postoji.*

*prepoznaćeš prijatelja što kritikom te voli,
znaćeš da posle zida, manje će da boli,
znaćeš da snaga nova što te čeka iza,
zasluga je tvoja, i trudova bližnjih tvojih,
jer dobro je samo posledica dobrog niza.*

*teško je uvek pobediti čopor,
krvoločnih pasa naizgled željnih tebe,
ako ne pogledamo još jednom bolje,
i probamo pesmom, pomazom il' šetnjom,
da sebi i drugima damo sve više volje.*

*zato još jednom prošlosti moja,
dajem ti lutanja, na snove čekanja,
razočarenja lažna, velika k'o sekvoja,
puštam da blediš, k'o što bleđi boja,
menjam za nežna dečija cerekanja.*

*menjam za razmenu uspona i padova,
za dosledno veslanje
u pravcu snova i nadanja,
za podršku koju tražim,
umem zauzvrat da dam,
na ponos veslača, sklad tražiti znam.*

*menjam za put koji sam je po sebi svrha,
učim da ne znam, i da dajem to što znam,
drugi su knjiga koju smelo čitam,
granice slobode pretvaram u hamam,
opuštanje za telo, dušu i um,
mesto gde vredimo, a vrednost je drum.*

*menjam za stamenost srca i duše,
odvažan korak, iskrenosti sveću,
da plamsa sa jutrom kad ptice poleću,
i zgasne zdušno kad suze se osuše,
biram da čujem svog srca sreću,
dajem te prošlosti, više te neću.*

Snežana Timotijević

Zovem se Aleksandra Popović.

Zovem se Aleksandra Popović. Drugi put sam se rodila 07.12.2016. godine u Dnevnoj bolnici za bolesti zavisnosti „Prim. dr Branko Gačić“. Na lečenju od bolesti zavisnosti alkoholizma sam ukupno 2 godine i 4 meseca. Danas sam domaćin moje rehabilitacione grupe, zamenik predsednika porodičnog kluba „Paunova“, jedan od urednika našeg časopisa „Paunovo pero“. Pišem i ponosno predstavljam sebe i svoja dela na večerima poezije koje organizujemo u Klubu, aktivno učestvujem u organizaciji i realizaciji svih ostalih aktivnosti, radionica i događaja kojima se naš Klub ponosi. Živim i uživam u tome, radujem se svakom novom i organizovanom danu, nasmejana dišem punim plućima i sećam se...

Pred upoznavanje sa rehabilitacionom grupom stajala sam ispred kapije Paunove, uplašena, sputana neizvesnošću i neprijatnošću...nisam želela da moju intenzivnu grupu zamenim nekom novom, jer tamo sam osetila pripadnost posle dužeg vremena, to je bilo mesto gde sam se podigla na noge, ponovo učila da hodam, počinjala da verujem. Na tom mestu panika je polako jenjavala, nisam više bila sama, prepoznavala sam sebe u očima drugih ljudi, osećaj sigurnosti počeo je da se budi. Novo prilagođavanje i prihvatanje predamnom, sitnilo je to malo tek nakupljenog samopouzdanja. Bilo mi je važno i olakšavajuće što sam uz sebe i dalje imala svog terapeuta, čije sam prisustvo kroz intenzivnu fazu jedva čekala, upijala svaku njenu reč jer svaka je za mene bila kovčeg pun blaga koji mi je nesebično poklanjala, a ja ga onda prebiralala, i izvlačila iz njega, malo po malo, sve ono divno, vredno i zdravo što danas čini mene i moj stvarni život. Svaki put kad bi me pogledala, kad sam osetila njenu podršku, osetila da veruje u mene, bio je trenutak kad sam se penjala po jednu stepenicu gore, trenutak kad moj osmeh postaje za nijansu širi, a sve oko mene za nijansu svetlije boje. Ta količina autoriteta, poštovanja, divljenja, mogu slobodno da kažem i ljubavi prema njoj, je ono za šta sam se na samom početku lečenja uhvatila, grčevito se držala i što me je teralo napred. Znala sam da moram da prođem kroz tu kapiju...i nije mi bilo prijatno, nisam uživala, ni prvi put, ni drugi, možda ni treći. Osećala sam se kao stranac, nisam poznavala nikog, nisam znala ništa ni o kome, bilo mi je teško da učestvujem u razgovoru. Ali sam slušala pažljivo, upijala svaku reč, jer imale su nešto što ja nisam, iskustvo...Znala sam da su prošle putem koji mene tek čeka, želele su da mi pomognu da se ne saplićem o kamenje koje su davno preskočile, a ja sam želela da ih čujem, želela sam da ojačam, da povratim samopouzda-

nje, da koračam sigurno i odlučno, da se smejem, da ponovo volim život i da u njemu uživam. Bile su mi putokaz za svu čaroliju promena, za zadovoljstvo rada na sebi. Tako sam vremenom ostavila ispred vrata otpore, neprijatnosti, spustila sam gard, porušila zidove.

Krenule smo da koračamo ruku pod ruku, dušu uz dušu, deleći misli, emocije, strahove, otpore, krize, volje, pobede, radosti, ponose, neprijatnosti i nedoumice jer zajedno, ogledajući se jedna u drugoj, umanjivale smo šansu da jedna od nas zaluta, da se izgubi. U početku, moje devojke sa terapijske grupe su mi bile znakovi pored puta, koji mi svojim rečima signaliziraju na prepreke o koje su se one saplitala, a ja ih, slušanjem i motivacijom koja raste, uspešno preskačem. Kad god bih se saplela, upijala sam kako da se ponovo dignem i nastavim dalje, još jača. Naučile su me da samo pričom i deljenjem svih kriza, otpora i radosti, mi ne damo da duva promaja kroz bedeme koji čuva našu snagu. Dok sam ih slušala kako govore o svojim osećanjima, svojim promenama, teškoćama, želela sam da ja umem tako da govorim, da definišem ono što osećam, da analiziram...mislila sam da to nikada neću uspeti, bile su mi zori kojima sam težila, jer dopao mi se ram u koji su ređale sve te nove slike, slike pobeda i promena. Svaki dan sam radila na tome, vežbala, jer sam gledajući njih, njihovu jasnoću misli, bistrinu pogleda i sigurnost koraka, shvatala koliko će mi to dobra doneti. Što je najvažnije, verovala sam im. Posle otprilike godinu dana ja sam bila zadovoljna iznošenjem svojih nedeljnih aktuelnosti, svojom analizom, svojom podelom osećanja, razmišljanja, nedomica i stremljenja. Koliko sam samo bila ponosna na sebe, presrećna. Danas hrlim kroz tu istu kapiju ka mojoj grupi, tu sam slobodna, tu gradim jednu novu, jasnu i čistu sliku u kojoj uživam, koja je lepa i nasmejana, tu dišem punim plućima, tu se osećam kao svoj na svome. Naša soba i moja grupa su moj zaklon kad vetrovi izazova sve pred sobom lome, moja svetlost kad zapreti da me proguta mrak, izvor pozitivne energije i topline, moj učitelj zdravlja i blistave budućnosti, moja sigurna luka, moj dom. To je mesto gde sam naučila da su granice jasne i čvrste ali one odavno nisu moji okovi već svedoci moje sigurnosti. To je mesto gde se rodio najvredniji deo mene, gde sam ponovo naučila da hodam, mesto koje me je naučilo da zavolim svoju stvarnost, da i svaka suza i svaki osmeh imaju svoj smisao, da je svaka emocija jedan korak na životnom putu, da svaki problem ima rešenje, a da je svaka radost zaslužena.

Zahvaljujući čaroliji uzajamnosti davanja mnogo sam toga uradila, budim se bistrog pogleda i jasnih misli, koračam sigurnim korakom po stabilnom tlu, za svaki dan imam plan koji mi ispunjava dan, uživam u svojim interesovanjima, naučila sam da slušam i čujem, da komuniciram bez povišenog tona i brecaanja, da jasno kažem šta želim, da konkretno odgovorim na pitanje, da prihvatim kritiku, da tražim, prihvatim i dam savet, da kontrolišem sujetu i ego, da budem odmerena i odgovorna, da poštujem autoritet, da se smejem glasno, da vrednujem, da osetim da boli, da osetim da volim! Oko pola godine sam domaćin moje rehabilitacione grupe. Moj trud posvećenost i odgovornost prema grupi izvednovani su od strane mog terapeuta. Time me je ojačala, osnažila, moje samopouzdanje je naraslo. Poverenjem koje mi je ukazala učinila me je ponosnom, spremnom da zagrizem ogromnu odgovornost, odvažnom da je nosim sa zadovoljstvom, odlučnom da narednom domaćinu predam još jaču, kompaktniju, disciplinovaniju, kvalitetniju grupu. Na žalost ili na sreću mnogo devojaka i žena je došlo posle mene. Sa radošću ih prihvatam, želim im dobrodošlicu kao što je nekada željena meni, nesebično im dajem sve ono što sam ja dobijala. Pružim ruku kada treba da se pridignu, ako posrnu ili padnu. Mape i putokaze koje sam nacrtala, stavljam pred njih, šapućem kako da zaobiđu ili preskoče pukotine na tlu o koje sam se ja saplitala. Delim svoje iskustvo strpljivo. Sigurna sam da osećaju moju bezrezervnu podršku, u njihovoj suzi i osmehu, u njihovoj patnji i letu, u njihovom nepoznatom. Zovem ih i puštam da se ogledaju u meni, koliko koja može i želi u ovom trenutku. Osmeh, zagrljaj i lepa reč ništa ne koštaju. Borim se svakodnevno za svoje snove i svoje mesto, ali uvek pazeći na granice koje se solidarnost i sebičnost zovu.

Ne želim da stojimo svako na svojoj strani mosta i samo se gledamo, trudim se da pređem na njihovu stranu, dozivam ih na svoju, volim kad se negde na sredini izmešamo i zastanemo da popričamo. Osećam odgovornost da prenesem na pravi način sve ono što sam ja naučila, da budem dobar primer, da im se gledajući u mene dopadne put kojim želim da nastavimo da putujemo zajedno. A one, i one su moje ogledalo, ogledalo puta koji sam prešla, u njima vidim sve ono što sam prevazišla, dobar su mi podsetnik na sav mukotrpan rad i trud, one čine živim sve prepreke, sve uspehe, sve padove i ponose...i odličan su pokazatelj na ono što sam možda preskočila...hvala im što su me vratile da pokupim svaki kamenčić koji sam nepažnjom ostavila za sobom. Imale smo sreće, nad nama sija najsjajnija zvezda, na čijim smo rukama prohodavale i ni za trenutak nije digla te ruke ni od jedne od nas, naprotiv. Naučila nas je da gledamo u sebe i tu tražimo odgovore. Otvarala je kišobran čim kiša počne da pada, pratila ritam koji je svom koraku dala svaka od nas, jer nisu nam cipele iste,

ni mesta gde zastajemo. Naterala nas je možda i najvažniju i najtežu stvar, da se odvažimo na drugačiji, na kvalitetan i zdrav život, pokazala nam kako da se slušamo i još više čujemo. U svakom trenutku je naš vetar u leđa kad krenemo da posustajemo, podrška snažna da nikad ne odustajemo. Odlučnim stavom i bez kompromisa naš je nepikisnoveni autoritet koji nas čuva od nas samih, dok nas osmehom i toplim pogledom dira pravo u srca i posvećeno vodi u budućnost...budućnost u kojoj nas nasmejane i srećne vidim, kad pogledam iza sebe ponosna sam, više se ne stidim!

Aleksandra Popović





Pozorišna predstava

Žensko srce u šinjelu

Umetnost ulepšava život, nadahnjuje, podstiče naše razmišljanje i delanje – širi naše granice saznanja i osećanja. Pozorišna umetnost oslikava delove stvarnosti naših života, ponekad tužne, ponekad vedre. Prepoznamo se u njima, blisko nam je sve to i možda nam je zato odlazak u pozorište jedna od najdražih aktivnosti.

Predstava „Žensko srce u šinjelu“ se izdvojila od ostalih i ostavila snažan utisak na sve nas koji smo bili te večeri u pozorištu Slavija. Priča o tri ratne heroine nas je sve dotakla.

Milunka Savić – najodlikovanija žena-vojnica u istoriji ratovanja! Herojina u ratu, ali i u miru.

Flora Sands – jedina Britanka sa činom kaplara u srpskoj vojsci – bolničarka. Tri puta se vraćala u Srbiju i ratovala za nju.

Nadežda Petrović – poznata slikarka, predano leči i neguje ratnike i sama strada od tifusa. Za otadžbinu daje i život.

Herojstvo ovih žena zrači iz prošlosti, greje nas i svetli nam danas, uči nas o nesebičnosti davanja, koja nije omeđena ni polom, ni profesijom, ni etničkim poreklom, kada je pred nama jasan i plemenit cilj.

Pozorište nam je kao vremenska kapsula kojom putujemo kroz istoriju, kroz budućnost ili kroz koju uživamo u sadašnjosti. Dosledno negujemo ovu našu pozorišnu disciplinovanost, jer iz nje mnogo dobijamo, učimo i proširujemo svoje vidike i uživamo u druženju.

Jela Trajković

Umetnost je pomogla religiju davanjem božanstvima organsku formu, predajući joj najlepše proizvode uma čovečijeg.

Nadežda Petrović





Predavanje Oca Vuka Matijaševića

Kroz prizmu vere i religije

Na dan, 31. januar 2019., baš posle Božićnih i novogodišnjih praznika posetio nas je sveštenik Vuk Matijašević, paroh beogradske crkve Rođenja Svetog Jovana Krstitelja. Predavanje je održano u prostorijama Porodičnog kluba „Paunova“ , ul. Paunova 2, a tema je bila „Bolesti zavisnosti kroz prizmu vere i religije“.

Otac Vuk je akcenat stavio na neophodnost shvatanja duhovne komponente u borbi protiv bolesti zavisnosti. Kako su pristupi bili mahom članovi rehabilitacionih grupa, govorilo se o osećaju praznine tokom i nakon lečenja i koliko pravoslavna vera može da pomogne u tome.

Sebičnost i egocentričnost, koje su karakteristične kod svih bolesti zavisnosti, nisu nepoznate ni običnom čoveku. Crkva nudi ključ rešenja! To samoljublje treba promeniti u korenu. Kako?

Hristos je sazeo sve zapovesti u dve najveće:

1. Ljubi Gospoda Boga svoga svim srcem svojim i svom dušom svojom i svim umom svojim i svom snagom svojom.
2. Ljubi bližnjega svoga kao samog sebe.

Ovde se moglo shvatiti koliko ima sličnosti između onog što nas uče terapeuti i što nam govori Crkva.

Prestanite da toliko volite sebe i svoje strasti (bolesti zavisnosti) i sad osvešćeni , okrenite se ljudima oko sebe. Volite svoje partnere, svoju decu, majku i oca, prijatelje, komšije.

Nemojte više samo uzimati, počnite nešto i da dajete. Život će vam biti lepši i ispunjeniji. Predavanja koje je zapravo više ličilo na dijalog, svojim je tokom došlo i do zaključka vezanog za tu prazninu i nepodnošljivu lakoću postojanja.

**Volite, dajte, mislite na druge!
Ništa bitnije od toga i nema!**

Posećenost predavanju je bila velika. Postavljen je čitav niz pitanja koja su se ticala kako duhovnosti tako i naše svakodnevnice . Otac Vuk je strpljivo odgovarao na sva pitanja. Pokazalo se veliko interesovanje da se poseta ponovi i održi jos neko predavanje što je Otac Vuk Matijašević vrlo rado i prihvatio.

Na kraju predavanja , predsednica porodičnog kluba „Paunova“, Snežana Timotijević je svešteniku Vuku Matijaševiću uručila zahvalnicu za podršku i učešće u predavanju – dijalogu na temu „Bolesti zavisnosti kroz prizmu vere i religije“.

Aleksandra Cvijović



Veče zabave uz kviz



Pitanjem dajem, odgovorom dobijam



Sa prilivom novih članova u Klub, proširio se i broj ideja za zajedničke aktivnosti i teme za rad Kluba. Kao novina u aktivnostima u 2018-oj godini predložena je i usvojena tema zabavnog karaktera – kviz.

Članovi Kluba, uvek vedri i raspoloženi, podržali su i prihvatili organizaciju ovakve vrste zabave koja zahteva angažovanje svih čula i moždanih vijuga.

Po planu, dana 20. jula 2018. godine, članovi Kluba su se zabavili uz društveni kviz. Kviz su osmislili i organizovali Nataša i Aleksandar Đorđević. Aleksandar, kome je enigmatika hobi, a ima iskustva i u učestvovanju u kvizovima, potrudio se da igre budu zabavne i kratke. Igre „vešala“, „brze pitalice“, „asocijacije“, „prepoznaj i pogodi“ i mnoge druge, zainteresovale su klubaše i učinile da koncentracija svakog ponaosob bude

visoka, jer je za rešavanje zadataka bilo potrebno pokazati znanje, brzinu i veštinu.

Kviz je osmišljen tako da se prisutni članovi podele u dve grupe – ekipe, da bi timskim radom nadmašile drugu ekipu u brzini i znanju. Tako je i bilo. Klubaši naoštreni i radi da se pokažu i osvoje bod za svoju ekipu, brzo i znalački su rešavali

postavljene zadatke i odgovarali na pitanja.

Veče je proteklo brzo uz puno smeha i razmenu pozitivne energije, a kao nagrada svim učesnicima i autoru kviza, je bila ta što su sa kluba svi ponesli dobro raspoloženje, zadovoljstvo i veselost, kojom i inače članovi kluba zrače oslobođeni, vedri i poletni.





Radna akcija

Negovanje Paunovog vrta

Jedna stara izreka kaže: „Ako je dvorište neuredno, domaćin ili je bolestan, ili je alkoholičar“. S obzirom da mi znamo da je i alkoholizam bolest, ova izreka je takoreći pleonazam. No, znajući i to da je alkoholizam bolest koja stvara niz posledica kojom zapuštamo sebe, kuću, okućnicu, radne i privatne prostore, ova izreka ipak prenosi za nas važnu i smislenu poruku. Nije zgoreg uvek iznova okretati to ogledalo ka sebi i videti gde smo po pitanju urednosti, discipline, istrajnosti u održavanju.

Želeći da prostoru dvorišta Dnevne bolnice „Prim. dr Branko Gačić“, povremeno i mi pružimo negu koju zaslužuje, da damo svoj doprinos pristojnosti i urednosti koja je u skladu sa našim pozitivnim promenama, kao i da se i na ovaj način zahvaljujemo instituciji koja nam je toliko dobrog donela – ove godine je osnovana sekcija Radnih akcija.

Vođa ove sekcije Srđan Rajković, organizovao je važnu aktivnost našeg kluba – sređivanje Paunovog vrta, kako ga od mилоšte zovemo. Ovu aktivnost obavljali smo svakako uz odobrenje šefa bolnice i terapeuta. Pored košenja trave, vađenja korova, sakupljanja lišća, ove trenutke koristili smo i da posadimo po koju sadnicu cveća i time doprinesemo lepoti i prijatnosti našeg dvorišta u kome smo se nemali broj puta okupljali u raznim drugim aktivnostima, poput čitanja poezije.



Pokazalo se da u toku ovih radnih akcija dolazi do izražaja naše zajedništvo, vedar i složan duh, dobra organizovanost, kako u obezbeđivanju potrebnog alata, tako i u izvođenju ozbiljnog posla koji kvalitetno uradimo. Uz vedre i vredne ljude, lepo druženje je očekivana posledica i radost za sve koji se aktiviraju.

Najbitnija i najlepša stvar, koja je proizišla iz ove aktivnosti je ta da je naš klub, koji je inače bio skroman po broju članova, dobio nove, naime svi članovi rehabilitacione grupe parova koji su učestvovali u ovim akcijama su postali, ne samo redovni, već i vredni članovi kluba.



Veče poezije – porodični klub „Paunova“ i klub „Zdrav život“

Iskrenost suza i osmeh srca

Dva potpuno različita, a tako isto velika događaja, u samo dva meseca, na dva tako različita, a tako slična mesta. Dve pesničke večeri na kojima sam učestvovala čitanjem svojih pesama, ispunile su levu i desnu stranu srca, obogatile i levu i desnu polovinu moje duše. Kako prioriteti i nalažu, prvo večer se odigralo kod kuće, među svojima u prostorijama našeg porodičnog kluba „Paunova“. Bio je 10.01.2019. godine, padao je sneg, bilo je jako hladno, a ja sam imala tremu i manjak entuzijazma za čitanje poezije. Terapeut Danica Bošković – Đukić pružila je taman dovoljan zamajac mojim krilima svojim uvodnim rečima podrške i sasklala sve one negativne efekte treme afirmativnim rečima na račun mog talenta. Ostalo mi je samo da se prepustim, zaronila sam u sopstvene emocije i osećanja, ista ona iz kojih su se rađale moje pesme i čitala, sigurna u sebe, ponosna što sam se odvažila da se nadjem na tom mestu. Uz prisustvo većeg broja klubaša, za mene je posebno važno bilo prisustvo mog tate. Pogotovo, jer se do tog trenutka nisam odvažila da moje pesme podelim sa njim. Sigurna sam da je to bio strah od kritike, strah od eventualnog neprihvatanja i nerazumevanja tog, meni toliko važnog i dragog dela mene, a od strane nekog ko je moj najveći autoritet, i po prirodi stvari najsnažnija i najvažnija podrška. Kada sam završila sa čitanjem, mislim da su moja duša, srce i moje telo, bar za trenutak bili premali da prime sve što sam dobila. Toliko ljubavi, poštovanja, topline, razumevanja, podrške, sreće zbog mog zadovoljstva, koje sam osetila kroz aplauz, osmehe, zagrljaje, divne i tople reči, čvrste stiske ruke, još danima posle sam ređala i pakovala u prepune fijke svojih najdražih doživljaja, događaja, emocija i osećanja. Sasvim sigurno najveće bogatstvo koje sam ponela sa te večeri, poseban trenutak, onaj koji je bacio čaroban sjaj na ceo događaj i koji će zauvek biti urezan u moje srce, su pohvala, divljenje i ponos mog tate, koje sam mogla da uhvatim u vazduhu i

koji su isijavali iz suze u oku, možda i prve njegove koju sam u životu videla, i u beskrajno čvrstom i toplom zagrljaju. Veče smo završili u prijatnoj atmosferi, razmenjujuću pozitivnu energiju, šale i bliskost, dokumentujući sve beskrajnim fotografisanjem, stvarajući tako uspomene koje ćemo zauvek pamti.

Tradicionalno osmomartovsko večer poezije održano je u prostorijama kluba „Zdrav život“, 05.03.2019. godine, uz prisustvo članova više beogradskih klubova. Članovi klubova čitali su svoje autorske pesme ili pesme omiljenih autora koje su na njih ostavile utisak i dotakle njihove srca. Te večeri, uz svesrdnu podršku Jasne Rađenović i Srđana Rajkovića mogla sam da osetim svu raskoš ličnih promena koje sam napravila u prethodnoj godini. Sećam se ogromne treme, osećaja neprijatnosti i nelagodnosti sa kojim sam prošle godine stigla na ovo večer. Bio je to osećaj milijama daleko od sigurnosti u sebe, samopouzdanja i odlučnosti sa kojima sam tog dana stigla, da predstavim sebe, naš klub i našeg terapeuta u punom sjaju. Uostalom, cela prošla godina aktivnog učešća u svim aktivnostima kluba, naše zajedništvo koje je raslo i raste, naše zajedničke borbe, davanja i uzimanja, umogome su doprineli da budem baš takva te večeri. Osećaju prijatnosti dodatno su doprineli gostoprinstvo, topao doček, prijateljska prepoznavanja i zagrljaji dobrodošlice. Emotivno mi je mnogo značilo i napunilo mi je srce jednom divnom, a u isto vreme beskrajno tužnom emocijom, to što je posebnu pažnju i poštovanje izazvala moja pesma posvećena pokojnoj dr Veri Trbić. Za razliku od prošle, ove godine je terapeut kluba „Zdrav život“ Cica Uskoković odlučila da se javnim glasanjem izabere pobednik ove večeri, onaj čije su pesme ostavile najjači utisak na prisutne. Moram da priznam da se u meni probudio takmičarski duh i da sam osetila želju da u našu kuću, naš klub donesem titulu najbolje. Uspela sam na adekvatan način da primim sve pohvale na svoj račun, da osmehom odgovorim na njih, i da uz samo mrvicu stida i puno ponosa ponesem epitet pobednika večeri. Jedva sam čekala da sa svojim klubom i svojim terapeutom podelim još jedan svoj uspeh, još jednu ličnu pobeđu i predivan osećaj u meni je bio potpun tek kada smo među nama razmenili najiskrenije čestitke i beskrajnu zahvalnost.

Aleksandra Popović



POZIV

za prijem novih članova

Obaveštavamo vas da se prijem novih članova u
Porodični klub „Paunova“ može realizovati
prilikom svakog druženja Kluba, četvrtkom od 18-19.30h.

Pridružite nam se, a mi ćemo se potruditi da prepoznamo
vaše potencijale i probudimo nova interesovanja!

Ljudi su bogatstvo Kluba, a Klub je vaše novo bogatstvo!

Dobro došli!

Kontakt za prijem novih članova:
Zorica Komadinić, ***komadiniczorica@gmail.com***

Foto konkurs

Zimske čarolije

Već tradicionalno, i ove godine je u porodičnom Klubu „Paunova“ raspisan foto-konkurs. Tema je bila „Zimske čarolije“. Konkurs je bio otvoren od 01. januara do 15. februara 2019. godine. Mogli su učestvovati članovi svih grupa, a prvi put, konkurs je bio otvoren i za članove drugih klubova iz ZKLAS. Članovi svih grupa spremno su podelili privatne fotografije na temu zime, zimskih radosti i čarolija.

Zima, a samim tim i januar je tradicionalno mesec slavlja, mesec novih početaka i najlepših trenutaka u krugu porodice i naših najmilijih, a ove godine za nas bio je i mesec kreativnosti. Fotokonkurs je jedinstvena šansa da svoju kreativnost i umetnički potencijal prikažu svi članovi Paunove s obzirom da skoro svi poseduju mobilne telefone sa kamerama, što je sasvim dovoljno za učešće.

Žiriju su pristizale fotografije sa različitim motivima, trenucima vrednim čuvanja i beleženja. Zabeležene su novogodišnje pripreme, slavlja, prvogodišnje opuštene šetnje, zimske idile pa čak i apstraktne šare na zaleđenim prozorima. Naravno, veliku pažnju su privukle i porodične fotografije na snegu, a pogotovo sa decom, uvek raspoloženom i nasmejanom.

Tema „Zimska čarolija“ je dala slobodu da se kreiraju fotografije u skladu sa sopstvenim raspoloženjem i individualnim doživljajem praznične magije.

Po jedna fotografija svih učesnika će biti objavljena u časopisu Paunovo pero, dok će na Godišnjoj skupštini Kluba biti proglašeni i simbolično nagrađeni pobednici. Tom prilikom kao i svake godine biće otvorena izložba fotografija učesnika foto-konkursa. Tri pobedničke fotografije u kategorijama: vizuelno, narativno i emotivno, izabraće članovi žirija: Vuk Cvijović, Višnja Indić Đoković i Aleksandra Popović.

Da bismo cenili lepotu snežne pahulje, potrebno je izložiti se hladnoći. (prim. prev.)

Aristotel



