



OD TU IN TAM

E-NOVICE

ŠTEVILKA 18

LETO III

APRIL 2012

UNIVERZA ZA TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE PRI DRUŠTVU UPOKOJENCEV ŠKOFJA LOKA

VSEBINA

Srečanje	1	Dobitniki priznanj DU	6
Pohod na Sveti Lenart in..	2	Sami smo odgovorni za zdravje	8
Izmenjave obiskov DU	3	Na kratko	10
Zbor članov DU Škofja Loka	5	Dober glas..	10

Srečanje

Besedilo Maruša Mohorič, fotografija Mira Kofler

Planinci so se zbrali 13. februarja 2012 v veliki predavalnici v osnovni šoli Škofja Loka – Mesto, kjer se srečujejo že več let pred začetkom nove pohodniške sezone, ki se običajno prične v začetku marca. V imenu društva in v predsednikovem imenu jih je pozdravila tajnica Cveta Škopelja in jim zaželela uspešno sezono in varno hojo, vse skupaj pa povabila tudi na Zbor članov, ki bo konec marca 2012. Pozdravila jih je tudi njihova dolgoletna vodnica Nežka Trampuš, ki se veseli novih srečanj in zanimivih pohodov, saj bodo spet spoznavali nove kraje.

Program izletov in planinskih ciljev za leto 2012 z mnogimi podrobnostmi je v sliki in besedi predstavila vodnica Dragica Gartner, ena od Nežkinih pomočnic. Udeleženci srečanja so spoznali, kam bodo lahko šli, kaj bodo videli, koliko višinskih metrov in ur hoje jih čaka na posameznem pohodu. Zelo pestra in zanimiva sezona. Za popestritev srečanja je poskrbela Slavica Laznik, tudi vodnica in Nežkina pomočnica, ki je predstavila zelo zanimivo potovanje in treking, ki sta ga opravila z možem. Obiskala sta Laos in Kambodžo, se družila z domačini in spoznavala njihove kraje, običaje in navade, tako drugačne od naših. Bilo je pestro, poučno in zanimivo potovanje, tudi za nas, ki smo gledali fotografije in poslušali njene zgodbe.

Za konec, a ne najmanj pomembno za vse, ki si želijo na našo najvišjo goro, Triglav, pa nimajo prave družbe. Pohod bo organiziralo Planinsko društvo Škofja Loka v letošnjem letu. Informacije lahko dobite pri vodnicah planinske sekcije pri našem društvu.



Vodnice

fotografija: Mira Kofler



Utrinek s trekinga

fotografija: arhiv Slavice Laznik

Pohod na Sveti Lenart in po kraških vasicah

Besedilo in fotografije Brigita Lužar



Kazalo je, da bo spet ena lepa marčevska nedelja, torej čas, ko se rada odpravim kam v naravo. Pridružila sem se PD za Selško dolino-Železniki in z vodnico Dragico smo pričeli pohod v naselju Tublje pri Komnu. Hodili smo po gozdni cesti med vinogradi in polji, nato pa smo nadaljevali nekaj časa kar po brezpotjih.

Z lepe razgledne poti skozi značilno kraško gmajno smo že od daleč videli naš prvi cilj hrib Sveti Lenart. Na vrhu pa nas je čakala prav posebna nagrada, kajti odprl se nam je prelep razgled na morje, na raztresene

kraške vasice, pa vse do Triglava. Med ruševinami cerkvice, ki je bila posvečena svetemu Lenartu, smo z užitkom pojedli malico iz nahrbtnika, nato pa nadaljevali pohod nekaj časa po italijanski strani.

Ogled avstro-ogrske kaverne nas je opomnil, da tu le ni bilo vedno tako idilično.

Tokrat sem bila drugič na Krasu in moram reči, da me je resnično očaral pogled na gručasto kraško vasico Brje strnjeno z ozkimi »gasami«. Ob vaškem vodnjaku z izklesanim svetopisemskim motivom pa se je čas kar ustavil.

Ko smo šli skozi Nadrožico, je poglede vseh pritegnila značilna »spahnjenca«.

Za vasico Volčji Grad nam je vodnica Dragica že med potjo povedala, da se ponaša z najlepšimi kamnitimi vhodi »portali« na dvorišča prijaznih domačij.

Sredi glavnega trga smo občudovali cerkvico sv. Janeza Krstnika, v kateri je bila v času 1. svetovne vojne vojaška



bolnišnica avstro-ogrske vojske ter nadaljevali do ene največjih zgodovinskih in tudi arheoloških zanimivosti vasi - prazgodovinskega naselja iz 2000 let p.n.š., imenovano »Debela griža«, kjer smo videli prazgodovinsko gradišče z obzidjem iz kamena, ki je na nekaterih mestih visoko tudi 4 metre in široko 30 metrov.

Pohod po slikovitih kraških vasicah smo veselo razpoloženi pohodniki zaključili z dobro malico na Turistični kmetiji ob potoku Nanoščica.

Zaradi prijetnega druženja in dobrega vodenja se že veselim naslednjih pohodov, na katerih očarana odkrivam lepote naše domovine.



IZMENJAVE OBISKOV DU

Prvi odziv na objavo v ZDUS-plusu (dec. 2011, stran 20)

Cveta Škopelja, vodja izletniške sekcije pri DU Škofja Loka

Kot odziv na objavo v reviji ZDUS-PLUS nas je razveselila napoved prvega obiska. Na sončen dan sredi marca letošnjega leta je naše Društvo upokojencev Škofja Loka obiskala skupina Žarek pri DU MORS, sekcija Ljubljana. V popoldanskem času se nam je pridružila še gorenjska MORS-ova skupina Lubnik iz Škofje Loke.

Prepričana sem, da to ni bilo le enkratno srečanje, saj smo v razpravi družno ugotovili koristi meddruštvenega povezovanja in sodelovanja v širšem slovenskem prostoru. Vežejo nas enake želje ponuditi starejšim, sovrstnikom in generaciji, ki stopa za nami, medsebojno pomoč ter različne oblike aktivnosti, druženja in osebnostne rasti. Ob izmenjavi izkušenj pridobivamo vsi, ki si prizadevamo za čim bolj kvalitetno delo v društvih.

Še posebej smo se razveselili besed, ki nam jih je v medsebojnem razgovoru namenil gospod Stane Kotnik, zato vam posredujem povzetek, ki nazorno opisuje vtise tega dne in govorijo sami zase.



Člani skupine Žarek so si v galeriji Hodnik ogledali razstavo slik Valentina Žagarja, izdelanih v tehniki pirografije.

Stane Kotnik, član skupine »Žarek«, je med drugim povedal:

»Prepričan sem, da delim mnenje vseh udeležencev skupine »Žarek« iz Društva upokojencev MORS, da smo danes preživeli in doživeli zelo lep in koristen dan. Že ob prihodu, ko smo vstopili v te lepo urejene prostore, in po pozdravnih stikih, me je prevzel občutek, da sem prišel v družbo prijetno razpoloženi in društveno aktivnih, pozitivno naravnanih in prijaznih starejših, vendar še vedno ustvarjalnih ljudi.

Program obiska je bil skrbno izbran in čas za ogled posameznih zanimivosti in za seznanjanje z društvenimi aktivnostmi ustrezno odmerjen.

Kot nekdanjemu taboriščniku in partizanu mi je bilo zelo milo, da ste nas najprej peljali k spomeniku žrtev vojne – 50 talcev, ustreljenih 9.2.1944. Prejšnji teden sem bil v Zrečah, kjer je bilo 9.3.1944 ustreljenih 20 talcev, med njimi tudi moj brat Alojz, ki so

ga Nemci ranjenega ujeli ob pohodu XIV.divizije na Štajersko. Tako kot ob tamkajšnji komemoraciji, me je tudi tukaj ob spomeniku 50 ustreljenih talcev kar nekaj prevzelo in dvignilo, da sem vam, ki ste bili tam prisotni, recitiral partizansko žalostinko Petra Levca »Ljubezen do domovine«, za katero sem menil, da je primerna za spomin na umrle žrtve.

Potem ste nas peljali na ogled mesta, nas seznanili z zgodovino njegovega nastanka in razvoja ter nam pokazali veliko zgodovinsko in arhitekturno zanimivih stavb, spominskih obeležij ter drugih turističnih zanimivosti.

Sledil je še ogled muzeja na gradu in tamkajšnjih eksponatov iz bogate in raznovrstne zgodovinske, kulturne, umetniške ter gospodarske dediščine vašega mesta in okolice.

Po prijetnem druženju na kosilu ste nam v tej lepo urejeni knjižnici razložili različne vrste vaših društvenih dejavnosti na izobraževalnem, kulturnem in športnem področju, za kar ste prejeli hvalevredne ocene, nekatere posebno zaslužne in vodilne aktivistke, prostovoljke pa so za svoje delo v procesu spodbujanja in vzdrževanja starostne in medgeneracijske aktivnosti in solidarnosti prejele tudi visoka priznanja.

Razdelili ste nam tudi turistične publikacije, s posebnim zanimanjem pa sem si ogledal najnovejšo izdajo vašega glasila »Mi o sebi« in ugotovil, da je v tej vsebinsko in oblikovno odlično pripravljeni publikaciji več pomembnih prispevkov prav tistih oseb, ki ste jih tukaj še posebej omenjali kot nosilce vaših aktivnosti (tako gospe Borjana, Nevenka, Cvetka, Marta, Maruša in druge). Na podlagi vaših izjav in iz vsega tega, kar sem danes videl in slišal, se je v meni utrdilo pomembno spoznanje, namreč da je DU Škofja Loka s svojo raznovrstno aktivnostjo uspešno vpeta v celostno družbeno in družabno življenje Škofje Loke in njenega okolja. Zaradi tega se pridružujem mnenju in oceni, da je to društvo med najboljšimi ali celo najboljše upokojensko društvo na Slovenskem.

Za zaključek pa naj se zahvalim Boženi Kos z ZDUS-a za pobudo o meddruštvenem sodelovanju in objavo v ZDUS-plus-u, skupini Žarek za obisk in predstavitev njihovega humanega delovanja, gospodu Stanetu za recitacijo pesmi in izrečene pohvale, Jelki in Veri za strokovno vodenje po Škofji Loki in muzeju na Loškem gradu kot tudi Rudiju za spremstvo in fotografiranje ter Borjani, Nevenki in skupini Lubnik za predstavitev aktivnosti in prijetno druženje.«

Naša ljubezen

Peter Levec

*O domovina... smo te ljubili dovolj,
kako bi te mogli ljubiti še bolj?!
Saj tisočkrat mokri in lačni, prezebli,
braneč te, že vse smo strme razore prebredli,
Na Pohorju in po Zasavskih bregih
tipaje pred sabo ob temnih nočeh,
smo trupla prijateljev naših v zemljo zagrebli.
Je še kje kak drobec slovenske prsti,
kjer naša ni kanila kri?*

*O domovina... o domovina!
Na pragu glej mater, ki čaka na sina,
čeprav je že lansko poletje ji pal.
Oj mati, naj te ne stre bolečina;
ko stopala spet boš prek žitnih dobav,
med klasjem si pesem svobodno pojoč,
se spomni, da tamkaj nekoč tvoj sin je sejal.*

*Ker naša ljubezen ni vrtna cvetica,
ki v jeseni se posuši,
ker naša ljubezen je kakor pšenica,
ki lačnim in bednim kruh obrodi;
naša ljubezen je boj, je žrtev in kri,
ki narod slovenski osvobodi.*

(priredba: Stane Kotnik)



Srečanje v Marinkini knjižnici

Zbor članov DU Škofja Loka

Pevski zbor »Vrelec« DU Škofja Loka nam je z nekaj pesmimi polepšal čas do začetka rednega letnega zbora DU Škofja Loka, ki je potekal v petek, 30. marca 2012, v večnamenskem prostoru OŠ Škofja Loka - Mesto. Pred uradnim pričetkom pa je Rudi Zadnik namesto upravičene odsotnosti pomočnika komandirja Policije g. Matjaža Hudobivnika podal kratko predstavitev in pomen projekta pešec »**BODI PREVIDEN**«.

Na začetku zbora članov je društvo na osnovi sklepa upravnega odbora podelilo



pisna priznanja in malo plaketo nekaterim svojim članom (glej prilogo podelitev priznanj DU Škofja Loka).

Zbora se je udeležilo 90 članov DU Škofja Loka. Prisotni so bili tudi predsednik PZDU Gorenjske g. Janez Sušnik, bivši predsednik in sedanji podpredsednik PZDU Gorenjske g. Janez Šolar ter predsednik DU Kranj g. Franci Šmajd.

O poročilih za leto 2011 le to, da smo bili zelo aktivni, saj je poročanje o naši dejavnosti trajalo kar debelo uro, pa bi lahko še mnogo vsega povedali. Iz predstavljenih poročil, ki so jih podali predsednik DU, računovodkinja, predsednica nadzornega sveta in predsednica častnega razsodišča je bilo razvidno, da smo v letu 2011 poslovali uspešno, saj smo poleg izpolnitve začrtanih planov ustvarili pozitiven rezultat v višini 2.360,00 evrov. Na osnovi tega društvo načrtuje solidno poslovanje tudi v letu 2012, kljub temu, da je splošna gospodarska situacija kot

tudi materialni položaj naših upokojencev vedno slabši. Zaradi tega se tudi v letošnjem letu nismo odločili za povišanje članarine, ki ostaja v letu 2012 v višini 10,00 evrov.

Predsednik Miro Duić je pohvalil vse prostovoljce, sodelavce, člane posameznih sekcij in komisij, uredniški odbor, ki so zaslužni, da so dejavnosti potekale uspešno in brez zapletov. Zahvalil se je za trud in čas, ki smo ga skupaj vložili v projekt ugleda društva v našem okolju. Veseli nas, da je velika večina naših članov s svojim prostovoljnim prispevkom pomagala pri sofinanciranju izdaje našega že uveljavljenega glasila »Mi o sebi«, ki ga bomo na ta način tudi v letu 2012 nemoteno izdajali, zato še enkrat iskrena hvala vsem, ki so prispevali za ta namen.

Zbor se je zaključil v prijetnem vzdušju in zadovoljstvu.

Več o poteku seje zbora članov boste lahko prebrali v naslednji številki glasila »Mi o sebi«.



Pisna priznanja in mala plaketa Društva upokojencev Škofja Loka, ki so bila podeljena na občnem zboru 30. 3. 2012.

Pisna priznanja so prejeli:

Poverjenice, prostovoljke

Jelka Selak, Anka Cegnar, Marjanca Pleško, Majda Galovič, Mimi Jamnik, Nežka Alič

So poverjenice, prostovoljke pri dostavi glasila, nekatere so pohodnice, ali prostovoljke pri projektu »Starejši za starejše«, Nežka pa že več let organizira srečelov na pikniku.

Vodenje planinske sekcije

Dragica Gartner sodeluje pri vodenju planinske sekcije pri društvu in je že peto leto v pomoč Nežki Trampuš. Ker je izkušena vodnica z licenco in medicinska sestra, je za varnost skupine poskrbljeno. V prejšnjem letu je prevzela vodenje svoje skupine pohodnikov. Sodeluje tudi kot prostovoljka pri Rdečem križu.

Pomoč pri vodenju univerze

Jelka Dolinar vodi organizacijo obiskov gledališča. V vsem tem času so člani društva obiskali vsa gledališča v bližnji in daljni okolici (od amaterskega gledališča v Sv. Duhu do Slovenskega gledališča v Trstu). Obenem pa sodeluje in nabira znanje v raznih krožkih. Sonja Dolinar vse svoje pridobljeno znanje z velikim veseljem podarja drugim, pa naj bo to prikaz izdelave foto knjige ali oblikovanje estetskih okraskov za dom. Je naša aranžerka, saj se lahko zanesemo na njen izbrani okus pri aranžiranju svežega cvetja ali pri izdelavi prazničnih venčkov. Kot predsednica Mavrice zavzeto skrbi za to pevsko skupino. Svojo skrb posveča tudi cvetlični gredici pred vhodom v naše prostore, ki jih ureja s pomočjo prijateljic.

Jožica Kemperle je dolgoletna članica Mešanega pevskega zbora Vrelec, od leta 2005 skrbi za note in pridobivanje novih članov zbora.

Za Glasilo Mi o sebi

Jelka Mlakar je urednica glasila Mi o sebi, ki je prvič izšlo oktobra 2007, zdaj pa pripravlja že dvajseto številko.

Vzgojila je vse novinarko, članice uredniškega odbora, ki pišejo v glasilo. Njej se lahko zahvalimo, da je v arhivih izbrskala pomembne dogodke iz zgodovine našega društva, ki so zabeleženi v več številkah glasila.

Pod Jelkinim vodstvom je Glasilo »Mi o sebi« leta 2009 dobilo priznanje za prostovoljski projekt pri MS Slovenije, leta 2011 nagrado ZDUS Slovenije za najboljše upokojensko glasilo, pa tudi nagrado Gorenjske zveze društev upokojencev.

Z uspešno urednico glasila raste njegova kvaliteta, z njo pa raste tudi naš ugled.

Pisna priznanja so prejele prostovoljke za aktivno delo v uredniškem odboru glasila Mi o sebi, in opravljanje še druge prostovoljskih zadolžitev.

Marinka Mesec vsako leto preseneti z avtorskim pristopom k vodenju naših prireditev.

Zlata Ramovš je aktivna na področju fotografije. Še posebej se je angažirala pri organizaciji razstav v Galeriji hodnik in pri prvem festivalu Slovenske univerze.

Meri Bozovičar je članica društva že 13 let in v tem času je nabirala znanje v vrsti študijskih krožkov, kot prostovoljna kulturna mediatorica dela v Loškem muzeju ter je predsednica nadzornega odbora društva.

Maruša Mohorič je ena najbolj plodovitih novinark našega glasila, organizira raznos glasila, je članica stanovanjske komisije in komisije za priznanja in še kaj bi se našlo...

Jožica Kovič je dolgoletna članica pevskega zbora, veliko svojega časa pa posveča delu v Rdečem križu in Društvu izgnancev.

Franc Šifrar

Franc Šifrar je škofjeločanom dobro poznan, saj je za svoje dolgoletno delo v obrti leta 2007 prejel najuglednejše občinsko priznanje – zlati grb. Član našega društva je od leta 1998. Dva mandata - od leta 2003 do 2011 je bil tudi član UO, kjer je zlasti kot občinski svetnik tvorno sodeloval in s svojimi predlogi in stališči prispeval k napredovanju in rasti razvoja društva. Skoraj vsa leta tega obdobja je uspešno vodil zasedanja najvišjega organa društva – zbor članov. Vedno je imel in ima spoštljiv odnos do dela, soljudi in kulture v vseh pogledih.

Društvo upokojencev se mu iskreno zahvaljuje za vse dosedaj opravljeno delo z željo po nadaljnjem dolgem sodelovanju.

Miro Duić, predsednik Društva upokojencev Škofja Loka

Miro Duić je prevzel vodenje društva tik pred upokojitvijo, spomladi, leta 2007. V času njegovega vodenja so se dogajale velike pozitivne spremembe in novosti: začetek izdajanja glasila Mi o sebi, Marinkina knjižnica, vključitev v projekta »Starejši za starejše« ter »Preprečimo socialno izključenost nepokretnih starejših na podeželju«, okrogla miza na temo »Sodelovanje mlade in srednje generacije z upokojenci«, proslava ob 60-letnici DU s prvo podelitvijo plaket in priznanj našim članom in sodelujočim organizacijam itd.

V njegovem mandatu je DU ob svoji 60- obletnici prejelo najvišje občinsko priznanje - srebrni grb ter zlato plaketo ZDUS-a.

Predsednik Duić vseskozi velik poudarek namenja medsebojnemu druženju, zato so bila na novo vpeljana letovanja naših članov na morju in vsakoletni društveni pikniki.

Njegova velika ljubezen že od mladih let je šport. Z veseljem je tudi sam prevzel in dve leti uspešno vodil športno sekcijo.

Napredek društva v času njegovega mandata so zaznali tudi člani društva in ga na zboru članov ponovno izvolili za predsednika za novo mandatno obdobje 2011 – 2015. V novem mandatu je uspel v pogovorih z županom Mihom Ješetom končno pridobiti prepotreben dodaten prostor, namenjen za delovanje Univerze za tretje življenjsko obdobje.

Miro Duić je oseba, ki v kontaktih z ljudmi vedno najde prijazno besedo. Ob vsaki priložnosti rad pohvali delo in prizadevnost posameznika in se javno zahvali veliki družini članov, ki prispevajo k prepoznavnosti društva v širšem okolju. S tem dokazuje, da moto ki ga je izrekel ob nastopu funkcije - »Ljudi se ne nadira, ljudi se nabira«, ni bila le fraza, temveč stil njegovega dela z ljudmi.

Nada Krajnčan

Nadi Krajnčan podeljujemo zahvalo za zelo uspešno sedemletno vodenje in posredovanje znanja članom mešanega pevskega zbora Vrelec. Pod njenim vodstvom je zbor že veliko dosegel ter pridobil na kakovosti in ugledu. Želimo si, da bi še dolgo sodelovali.

Osnovna šola ŠkofjaLoka – Mesto

Zahvaljujemo se Osnovni šoli ŠkofjaLoka – Mesto. Z njenimi učenci in učitelji sodelujemo na raznih področjih, pogosto pa nam tudi priskočijo na pomoč in nam dajo na razpolago svoje prostore.

Malo plaketo Društva upokojencev Škofja Loka je prejel

Matevž Trilar

Od leta 2004 dalje je Matevž Trilar vodil pohodniško skupino, ki se je poimenovala Ta lažja skupina. Od skromne začetne udeležbe, ko je prišlo na zbirno mesto le nekaj pohodnikov, je skupina rasla in preseгла število 50 udeležencev. Pri svojih dobrih 77 letih se je odločil, da z vodenjem zaključi, a z veseljem se bo s pohodniki še družil.

V tem času je organiziral nič manj kot 101 pohod ali izlet za Ta lažjo skupino, vseh srečnih, veselih udeležencev pa se je nabralo kar 4134. Matevžu se lahko zahvalijo, da so videli in odkrili mnogo lepih slovenskih krajev, doživeli veliko lepih trenutkov in se družili, kar je mnogim pomenilo največ. Prehodili so stotine kilometrov, obiskali pokrajine od gorenjskih hribov do primorskih poti, pa štajerskih gričev in dolenskih ravníc, tudi čez mejo so se odpravili.

Že tretje leto je član pevske skupine Mavrica, pred leti pa je bil tudi aktiven kegljač, kolesar in planinec. Še vedno pa dela tudi za Društvo invalidov v Škofji Loki.

Za svoja prizadevanja pri razvoju športa v Škofji Loki je prejel številna priznanja, v letu 2006 pa tudi občinsko bronasto plaketo.

Društvo upokojencev mu v zahvalo za vse opravljeno delo izreka iskreno zahvalo in mu v prihodnosti želi predvsem zdravja.

Sami smo odgovorni za svoje zdravje

Breda Poljanec

Prejšnje leto smo se upokojenke zbirale v krožku Vibracijska medicina, na katerem smo se učile o različnih pogledih in metodah skrbi za svoje zdravje. Eno od predavanj je bilo posvečeno angleškemu zdravniku Edwardu Bachu, utemeljitelju Bachove cvetne terapije, ki je živel 1886 leta do 1936 leta. Namen Bachove cvetne terapije je, da nas poveže z lastnimi duševnimi in telesnimi samozdravilnimi močmi. Poleg predavanj in pogovorov smo pod vodstvom Bogdana Bajca vadile kitajsko zdravilno metodo Sheng Zhen Wuji Yuan Gong, srečanja pa smo zaključile s plesi posvečenimi Bachovim rožicam. Ko smo se pri plesu slikale, je Lidija pripomnila, da mora biti slika v časopisu Mi o sebi in tako nastal tale članek .V njem bom na kratko orisala najpomembnejše misli Edwarda Bacha.

Edward Bach je spoznal, da obstoja povezava med človekovim fizičnim telesom in duševnostjo, ki se odraža kot stalno spremljajoč tihi notranji glas – glas duše. Bolezen je le korektiv, je sredstvo, ki ga uporabi naša duša, da nas opozori na naše napake in nas ubrani pred še večjimi zmotami.

Njegova misel izhaja iz predpostavke, da je naše zdravje tesno povezano s smislom našega bivanja. Zato se moramo naučiti, kako naj ravnamo v težavah in kako postanemo sam svoj zdravnik. V kolikor od začetka do konca našega življenja sledimo našim idealom in najglobljim hrepenenjem bo naše življenje veličastno, uspešno, zdravo in srečno. Bolezen je lahko tudi reakcija na vmešavanje od zunaj. Do tega pride, pravi Bach, če drugim dovolimo, da vtikajo nos v naš življenski smoter in sejejo v naši duši dvom, strah in

ravnodušnost. Kajti vse slabo se lahko zgodi, če druge - četudi v najmanjši meri - oviramo v njihovi svobodi ali pa nam preprosto primanjkuje poguma, da bi uveljavili svoje pravice, ki so nam bile dane z rojstvom.

Zdravje je naša prava dediščina do katere smo upravičeni. Vse zemeljske stvari so zgolj pojavne oblike duhovne resničnosti. Zdravje odgovarja stanju popolne enotnosti duše, duha in telesa. Vsak od nas mora na svetu izpolniti neko božansko nalogo. Ne le izpolniti, ampak tudi ljubiti, saj lahko le tako izrazimo svojo resnično dušo.

Ta naša naloga ne zahteva od nas niti žrtvovanja, ne umika od sveta. Vsi smo



Latvijka Anastasia Geng (1922-2002) je na podlagi folklornega izročila baltskih narodov izdelala plesne za vsako od Bachovih cvetic.

Stvarnikovi otroci božanskega izvora in zato nepremagljivi. Če živimo v tej zavesti je bivanje veselje. Tu smo zato, da popolnost izrazimo v materialni obliki. Zdravje pa je brezpogojno podrejeno ukazom naše duše. Naše zdravstveno stanje se da razbrati iz stopnje našega zadovoljstva, stopnja našega zadovoljstva pa je spet odvisna od uresničevanja zapovedi svoje duše.

Stvari, ki so bistvene, so preproste. Obstoja en sam greh in to je ne slišati navodil božanskega izvora. V sebi je potrebno razvijati lastnosti kot so ljubezen, sočutje, miroljubnost, neomajnost, blagost, moč, razumevanje, tolerantnost, modrost, spravljalnost, pogum in veselje. Obstojajo tudi zaviralni dejavniki: prisila, strah, nemir, neodločnost, požrešnost, ravnodušnost, šibkost, dvom, fanatizem, nevednost, nepotrpežljivost, groza, skrbi in žalost. V kolikor dopustimo, bodo ti faktorji v telesu zapustili svoje sledi in bodo povzročili to, kar imenujemo bolezen. Če pa razvijamo kreposti in notranjo harmonijo se nam ni treba bati boleznim nič bolj kot da bo v nas udarila strela.

Vendar so tudi zunanje motnje potrebne, saj se učimo, kako se jim upremo. Pomagajo nam, da postanemo močni in da prepoznamo svoj Božanski izvor in svojo nepremagljivost. Nikoli ne smemo pozabiti, da za vse nosimo odgovornost vedno sami. Dokončna, popolna ozdravitev pride od znotraj, iz same duše.

V današnjem času se je razvil strah pred boleznijo in postal mogočna škodljiva sila, ki stvarjem, ki se jih bojimo, na stežaj odpre vrata in jim olajša vdor. Dokler ne bomo razumeli resničnih vzrokov, bomo to stanje duševne neuravnoteženosti razlagali z zunanjimi vplivi, na primer z mikroorganizmi, z mrazom ali z vročino. Bolezenskim stanjem bomo dajali imena kot so rak in astma, ter si domišljali, da ima bolezen izvor v našem telesu. Toda kot trdi Edward Bach, zdravljenje ni podvrženo materialnim zakonom, konvencijam ali splošnim standardom, ki jih materialisti danes častijo. Bolezen namreč ni materialnega izvora in se je z današnjimi materialističnimi metodami ne da izkoreniniti. Glavni razlog za neuspeh moderne medicinske znanosti je to, da se ukvarja s posledicami in ne z vzroki. Resnično zdravljenje pa je Božanskega izvora.

Lahko se zgodi, da bo prišel bo čas, ko se bomo boleznim sramovali, kot znak sebičnosti oziroma pomanjkanja ljubezni do sebe ali drugih.

Vse te misli je Edvard Bach potrdil tudi s svojim življenjem. Bil je uspešen mikrobiolog, nato je imel cvetočo homeopatsko ordinacijo v središču Londona, vendar je vse to zapustil. Ko je zbolel zaradi raka in so mu pripisali le še tri mesece življenja, se je potopil v svoje delo in je na svojo bolezen popolnoma pozabil, s tem pa jo je tudi uspešno pozdravil.

Zadnjih nekaj let svojega življenja je posvetil odkrivanju neškodljivih cvetnih zdravil, ki se dotaknejo resničnih vzrokov boleznim. Intuitivno je našel rastline, ki pomagajo odpravljati negativna čustvena stanja in jih spreminjati v pozitivna. Razvil je izjemno občutljivost in je že z dotikom rastline vedel, na kakšen način ta rastlina pomaga trpečemu človeštvu. Vendar njegova usoda ni bila lahka: vsa psihična stanja, ki jih je opisoval, je tudi sam doživel. Znaki boleznim so izginili v trenutku, ko je našel ustrezno zdravilo. Umril je kmalu potem, ko je odkril zadnje rešilno zdravilo, ki je pomagalo in še pomaga številnim ljudem, otrokom, živalim in rastlinam.

Na koncu našega krožka smo se odpeljale v Ljubljano, kjer smo se naučile plesa trepetlike, rožiča, rešilnega zdravila in na ta način proslavile novo odprte prostore Bachovega instituta, ki ga vodi psihologinja in prevajalka Irena Roglič Kononenko. Če želite še boljše spoznati Edwarda Bacha preberite navdihujoči knjigi Zdravi se sam in in Osvobodi se. Bolj natančno opiše delovanje posameznih cvetov Scheffer Mechthild v knjigi Bachova cvetna zdravila.



Čistili smo Slovenijo

**Na kratko,
v sliki..**



Ob Občnem zboru je Andrej Krajnik razstavljal slike z vrvicami in opletene steklenice



Delavnica pomladanskih dekoracij



Ob obisku Škofje Loke se je predsednik države dr. Danilo Türk na kratko ustavil v našem društvu.

Dober glas...

Borjana Koželj

DU Škofja Loka je dobilo vabilo na Strokovno srečanje z naslovom: »Staranje in zdravje«. 4. aprila 2012 sva se z Majo Zakotnik udeležili srečanja v Kranju. Program je bil zelo pester. Predavatelji, zdravnice so predstavile probleme, ki se že porajajo v zdravstvu ob naraščanju starejše populacije, dr. Aleš Kogoj je predstavil probleme z duševnim zdravjem, dr. Jože Ramovš je govoril o pomenu medgeneracijskega sodelovanja, poslušali smo o prehrani starejših, o telesni aktivnosti, o uporabi zdravil... Med vsemi strokovnjaki pa sva z Majo ugotovili, da se naše DU udejstvuje na vseh teh področjih in našim članom ponujamo vse kar potrebujemo: na področju športa, kulture, izobraževanja, pristočasnih aktivnosti, druženja. Deset minut je bilo premalo, da bi lahko predstavila prav vsa področja, a že to, kar mi je uspelo, je na poslušalce naredilo zelo dober vtis. Priznali so, da ne poznajo nobenega primera boljše prakse.

Spletne novice OD TU IN TAM je uredil Rudi Zadnik, lektorirala Mara Volčič in oblikovala Nevenka Mandić Orehek.

loka3univerza@gmail.com

Če pa poznate koga, ki bi novice rad dobival, prosimo, da nam posredujete njen ali njegov elektronski naslov.

Če E-novic ne želite prejemati, nam to sporočite.