

St. 1; 1996

Per 1303/1995/96



10020900,1

GORISKA KNJIZNICA

COBISS



IZVIR

glasilo sš "veno pilon" ajdovščina

P 1303 / 1995/96



၂ ၇ ၂၀.၉၀၀ / ၁၉၉၆

ODERIDO
OPEN
EMERGED
LUDS

photon
Ludovic
of book
Cinema
of Asia
Ludovic
of book
Cinema
of Asia
Ludovic
of book
Cinema
of Asia

TIJERITRI
DIMITRI
KOSTS
FRANCE

LUDMILA
Venje. V p
proces zbiranja 57
ga

KEVIN
PARSK
DZEBE
DZEBE
DZEBE

oskar
Quartet
KOSTS - STOKHOLM
Talent - STOKHOLM
DZEBE - STOKHOLM

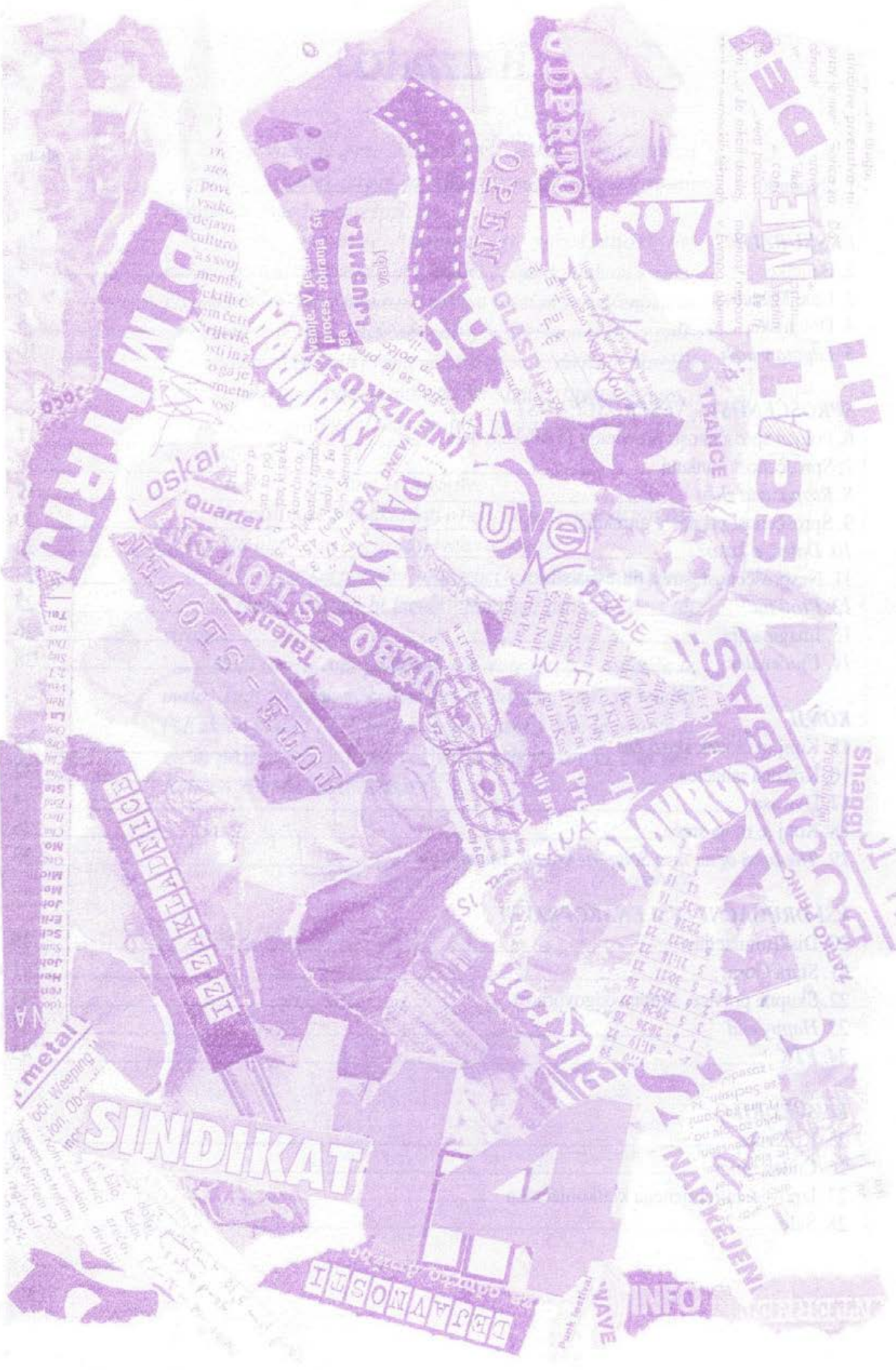
TZAKALANTICE
STOKHOLM
BUKOMBAN
BUKOMBAN
BUKOMBAN
BUKOMBAN

SINDIKAT

metal
och. Weeping
for Op
Progrom
of the
rediged

DETAVNOSUTI
WAVE
INFO

NADREJENI
INFO



Kazalo

	stran
1. Uvodnik	3
EKSKURZIJE	
2. Benetke	4
3. Uaa, München	6
4. Dolenjska	8
5. Lepota v noči	10
SPROŠČENOST - NESPROŠČENOST	
6. Pomen sproščeniosti pri učenju in šolskem delu	11
7. Sproščeniost - anketa	14
8. Razpacana slika	19
9. Sproščeniost pri nas v gimnaziji	20
10. Daleč, a kako?	22
11. Nesproščeniost, stres, duševna stiska	23
12. Proti nič	25
13. Imaginacija	26
14. Uničevalec	28
KONJI	
15. Konj in človek skozi čas	29
16. Krščena jahačica	32
17. Dva asa	34
18. Konj je moja sreča	36
19. <i>The brim of an urn, Song for myself, You and me</i>	38
VSI DRUGAČNI - VSI ENAKOPRAVNI	
20. Diskriminacija	39
21. Stara Gora	41
22. Skupne pravice, skupna odgovornost	43
23. <i>Happy end</i>	44
24. FTK	45
RAZVEDRILO	
25. Križanka	46
26. Čuden umor	48
27. Izpoved zaljubljenega kratkohlačnika	51
28. Šale	52

Uvodnik

Pred vami je prvi letošnji Izvir, dokaz (predvsem za sumničave učitelje), da ure, pri katerih smo bili odsotni zaradi sestankov, niso bile prešpricane.

Žarišče te prve "bombe" je sproščenost oz. nesproščenost (učencev? in učiteljev?) med poukom - vzroki, posledice, krivci in možne rešitve proti nesproščenosti in stresu (za tiste, ki še niste obupali). Nismo vam težili o politiki, perečih svetovnih problemih ali vojnah, da ne bi obtežili vaših že tako preutrujenih možgančkov. Lahko branje s pesmicami skrivnostnega Don Juana, večno aktualna tema diskriminacije in še.

Sicer pa: kar sami si pogledajte.

Ne mislimo vam nakladati o tem, da je Izvir tudi poučen in bla bla bla, in sicer zaradi dveh razlogov.

- 1. To vi vsi, kot pametni gimnazijci in gimnazijke, že veste.*
- 2. Ne bi radi, da bi izgubili množico bralcev že na tej strani.*

Radi bi vas tudi pokarali. Ne, raje ne. No, mogoče le malo. Tudi za plakat, ki visi pri dežurnem, smo se trudili ("Kakšen plakat ???" boste verjetno rekli). No, le oglejte si ga in prosim lepo - malo več vaših prispevkov bi bilo kul. Končno je to tudi vaš časopis.

Urednica

Benetke

“Uau! V ponedeljek gremo v Benetke na ekskurzijo!” Ta novica se je s svetlobno hitrostjo razširila med četrtošolce, seveda z upanjem, da to ne bo prva in zadnja ekskurzija.

Odhod je bil dogovorjen že za šesto uro zjutraj, vendar smo se kljub temu zbrali v velikem številu s spremstvom razrednikov, ravnatelja in vodiča. Skozi zaspane oči smo opazovali prve jutranje žarke in mirili prazne želodce do prve postaje kmalu čez mejo. Tam smo videli tudi avtobus slovenske registracije, poln mladine, ki se je po vsej verjetnosti udeležila kakšne slikarske kolonije, saj so to dokazovali z lasmi, ki so v bližnjem stranišču postajali prave mavrične umetnije.

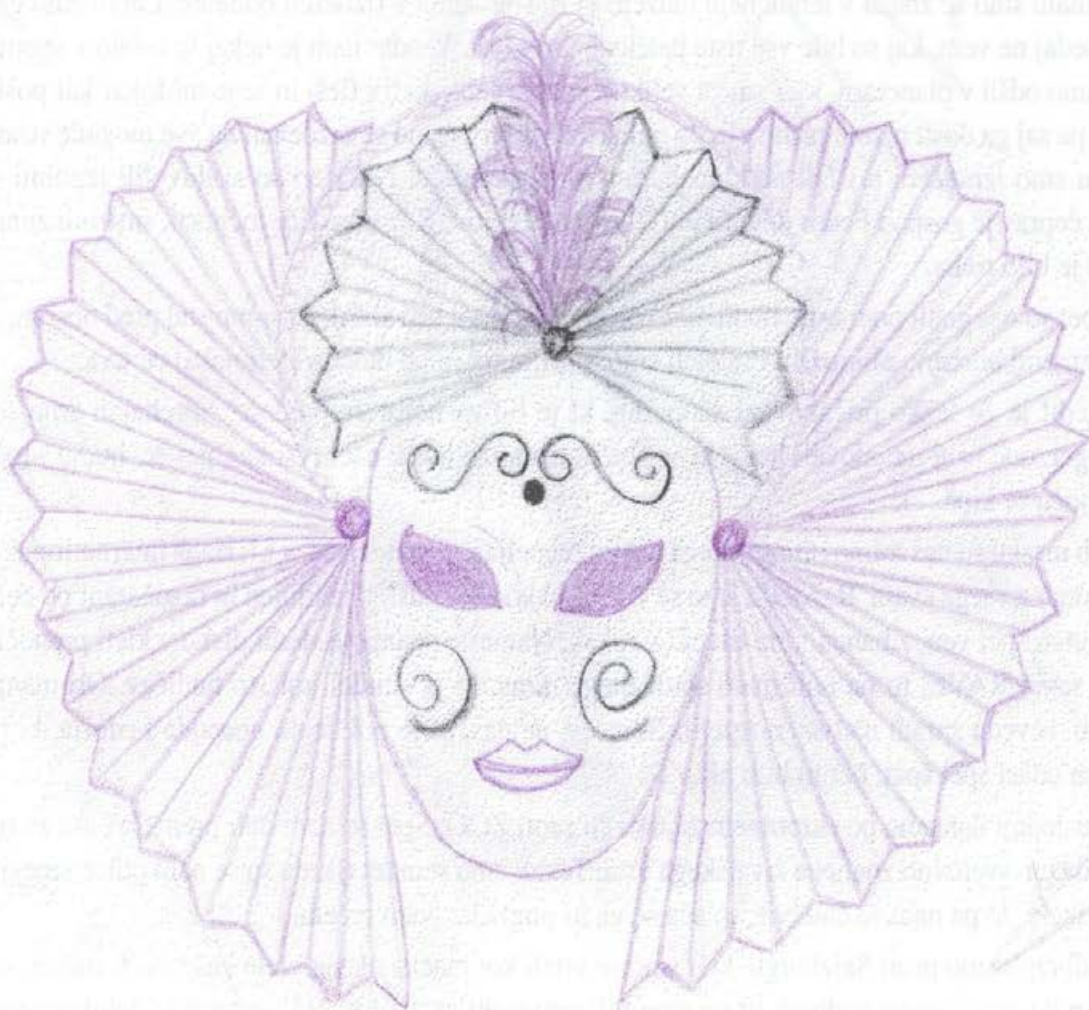


Mnogo nas je bilo v Benetkah prvič in prvi vtis - morje nas je obkrožalo z vseh strani - je bil precej močan. V načrtu smo imeli obisk treh večjih otokov v bližini Benetk: Murana, Burana in Torcella, za to pa smo potrebovali drugačen prevoz. Po barantanju s kar nekaj “vodnimi taksisti” smo se končno odpravili na majhen otok Murano, ki leži severovzhodno od Benetk in je slaven predvsem zaradi čudovito pisanega muranskega stekla. Ko smo že videli avtobuse in nakladače na vodi ter spretnost, kako v 60 sekundah nastane steklen konj, res nismo več pričakovali kaj tako nenavadnega, vendar smo se motili. Že na naslednjem otoku Buranu smo bili popolnoma navdušeni nad hišami, od katerih nista bili niti dve enake barve ali oblike. Bilo je kot v pravljici. Ostal nam je še Torcello, kjer smo si ogledali cerkev in katedralo s čudovitimi in ogromnimi mozaiki, ki nam jih je podrobno in zanimivo predstavil naš vodič gospod Bačič.

Ostalo nam je še veliko časa in sledil je ogled samega centra Benetk. Seveda nismo mogli iti mimo Trga svetega Marka, Doževe palače in slavnega Mosta vzdihljajev. Ljudi se je kar trlo in to ni presenetljivo, če si predstavljamo, da letno obiše Benetke kar sedem milijonov turistov. Posebno veliko je bilo Angležev in še več Azijcev, s katerimi smo izmenjali tudi nekaj besed, vendar niso imeli niti pojma o tem, kje je Slovenija.

Seveda ni manjkalo stojnic s spominki in "znamenitih" slik z golobi. Vsi smo pošteno izkoristili čas, ki smo ga imeli na razpolago. Eni smo krožili po labirintu uličic in nakupovali, drugi so šli na razstavo, spet tretji pa so zapravljali preostali denar kako drugače. Vendar vtis, ki so nam ga pustile Benetke same, ni bil tako blesteč. Mesto je umazano, veliko hiš razpada, stebrišče ponekod gnije in po pravici si je pridobilo naziv "umirajoče mesto". Vseeno pa so nam Benetke nekaj le pustile in vsaj enkrat si je vredno ogledati ta čudoviti "kamniti smomenik".

Andreja KRAŠNA



Uaa, München

“13. in 14. oktobra greste tretji letniki v München!” Super! Dvodnevno pohajanje, shopping, žuri... Ideje pred odhodom. Sanje, ki so se že prvi dan spremenile v nočno moro.

Dve uri sva z Valentino čakali pod mrzlim, milim nebom in spali v travi pred dolgopoljsko avtobusno postajo, ko se je double-decker končno prikazal in se je pot začela. Imeli so zamudo. Razlitje nečesa na Razdrtem. Živčen šofer, neprespani in sitni nadobudneži, noge po vsem avtobusu. Nisem vedela, kam bi se dala. Ko sem si iskala prostor pod luno, sem nekomu skoraj nogo zlomila. Še sedaj ne vem, kdo je bil. Končno stresem zadnjo na stol in poskušam zajeti malo zraka. Sedemdeset ljudi v enem majhnem prostoru, groza (kljub klimi). Ni se dalo ne spati, ne jesti, ne piti, ne gledati TV, ne poslušati radia; čeprav je vsak hotel uveljaviti svojo pravico do življenja. Ko si se hotel vzdigniti, si jih dobil po betici. Da niti ne govorimo o skakanju. Niti pod razno.

Končno smo prispeli v München. Hodili smo brezglavo. Čez prehode za pešce smo šli pri rdeči luči, saj nas je bilo veliko in semaforji nas niso čakali. Jezili so se le taksisti in piskali kot zmešani. Če te drugo ni zbudilo, potem te je to.

Kmalu smo se znašli v tehničnem muzeju in že smo leteli v fizikalni oddelek. Letali smo gor in dol, še sedaj ne vem, kaj so bile vse tiste palčke in kroglice. Vendar nam je nekaj le ostalo v spominu. Skupaj smo odšli v planetarij, kjer smo z velikim veseljem bliskali s fleši in se je možakar kar pošteno razjezil, pa saj ga dosti nismo razumeli. Po ogledu planetarija smo se razbežali na vse mogoče strani in na koncu smo izmučeni pristali na klopeh, čim bliže stranišča. Nekateri so si dovolili izgubiti se v rudniku, čeprav je gospod Fedor dovolil le 100 m v notranjost. Kar se pa tiče točnosti, smo bili zunaj še prej, kot je bilo treba.

Spet so nas gnali po mestu, hodili smo ob vodiču, ki ga nisi slišal, če si mu stal pred nosom, zato smo ga zmeraj borbeno obkrožili. Preleteli smo Marijin trg in od daleč videli nekaj cerkva.

Sledil je že težko pričakovani shopping, ki je bil za nekatere predolg. Sprehajali smo se po Fussgängerzone in si ogledovali ljudi, ki so služili denar na lahek način (slikar, pevec, ljudje - roboti, premikajoča se kipa ...).

Ob mraku so nas mimo olimpijskega centra prepeljali v prenočišče, v t.i. Haus international, kjer so bili mladi z vsega sveta. Razdelili smo se v sobe in končno odšli v jedilnico in razočarani po petnajstih minutah spet ven, z bananinimi olupki v rokah. Namesto spanja je sledil disko v kleti prenočišča. Glasba, samo RAVE, tu pa tam malo spušenega dima, ki je smrdel kot sto hudičev. Ob manjšem incidentu, seveda zaradi nadvse razgretih Nemcev, ne nas, se je poklicalo gospoda Fedorja, ki pa je presrečen odšel spet spat, ker ni bilo nič.

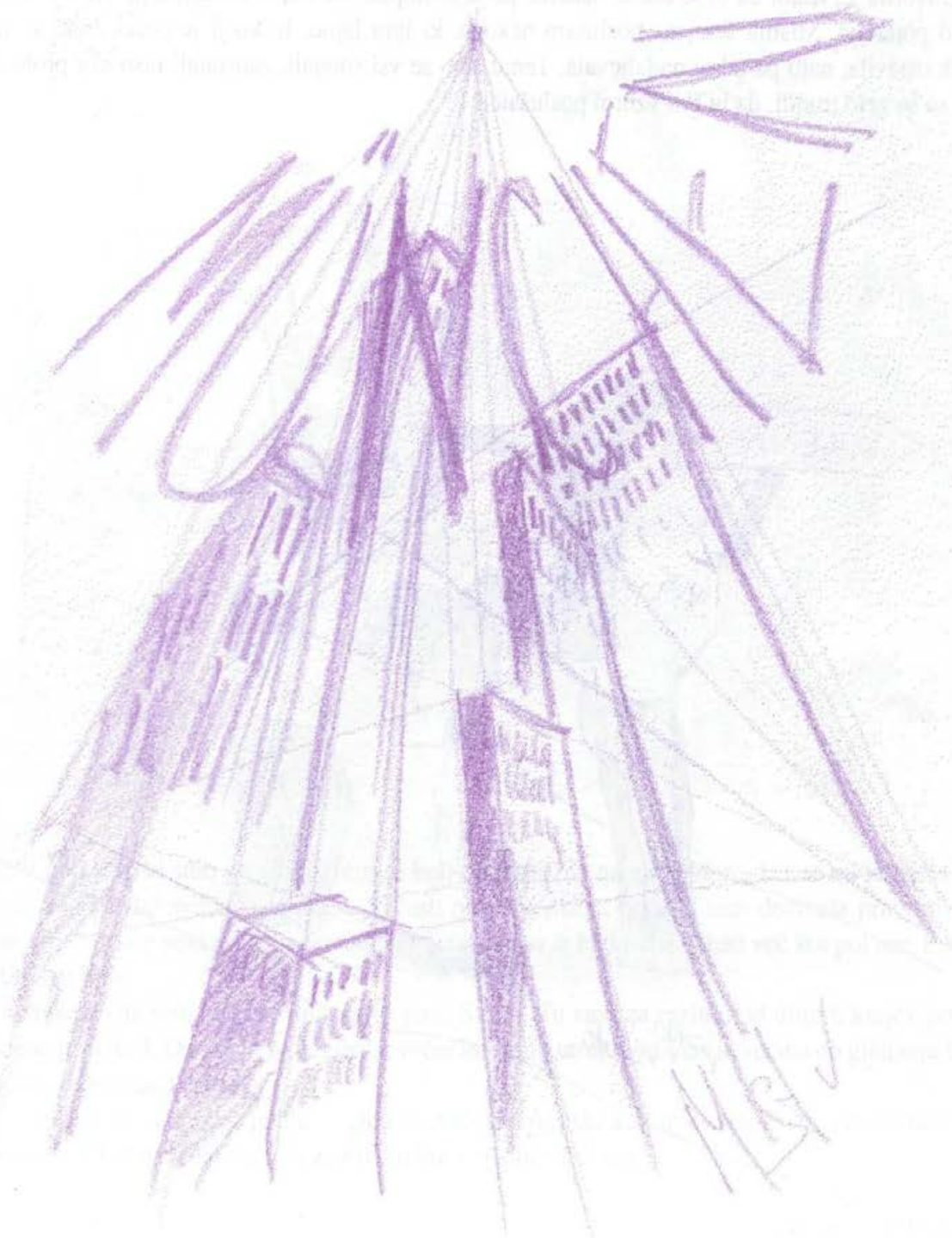
Naslednji dan smo po skromnem zajtrku šli proti ZOO. Spet so nam dali premalo časa za ogled tega velikega svetovno znanega živalskega vrta. Tekali smo sem ter tja, da so se nam opice smejale in jezike kazale. Je pa nadvse čudovit; spleča se ga iti pogledat, vam rečem.

Odrzeli smo proti Salzburgu, kjer smo se vrteli kot mačka okrog vrele kaše okoli mesta, saj so za dostop do mesta sami podhodi in mi smo bili previsoki za 30 cm. No, pa smo le dobili cestico in odfrčali na glavni trg, tekli skozi stolnico in videli samo fasado Mozartove rojstne hiše; rumena je. Pol ure prostega in potem takoj domov.

Po poti se je pelo in bilo veselo in kaj kmalu smo se znašli v Ajdovščini. Še polni prelepih vtisov smo odfrčali v Žablje, na Parni valjak. Nekateri smo bili prepozni, da bi jih še videli.

Naslednji teden v šoli: profesorji, spremljevalci in gospod ravnatelj zelo zadovoljni z nami, mi vzhičeni zaradi vsega, sledi naslednje: drugo leto se spet gre. No, mularija, pa smo vam s svojim lepim obnašanjem priskrbeli popotovanje po Nemškem.

Ines MARC, 3.c

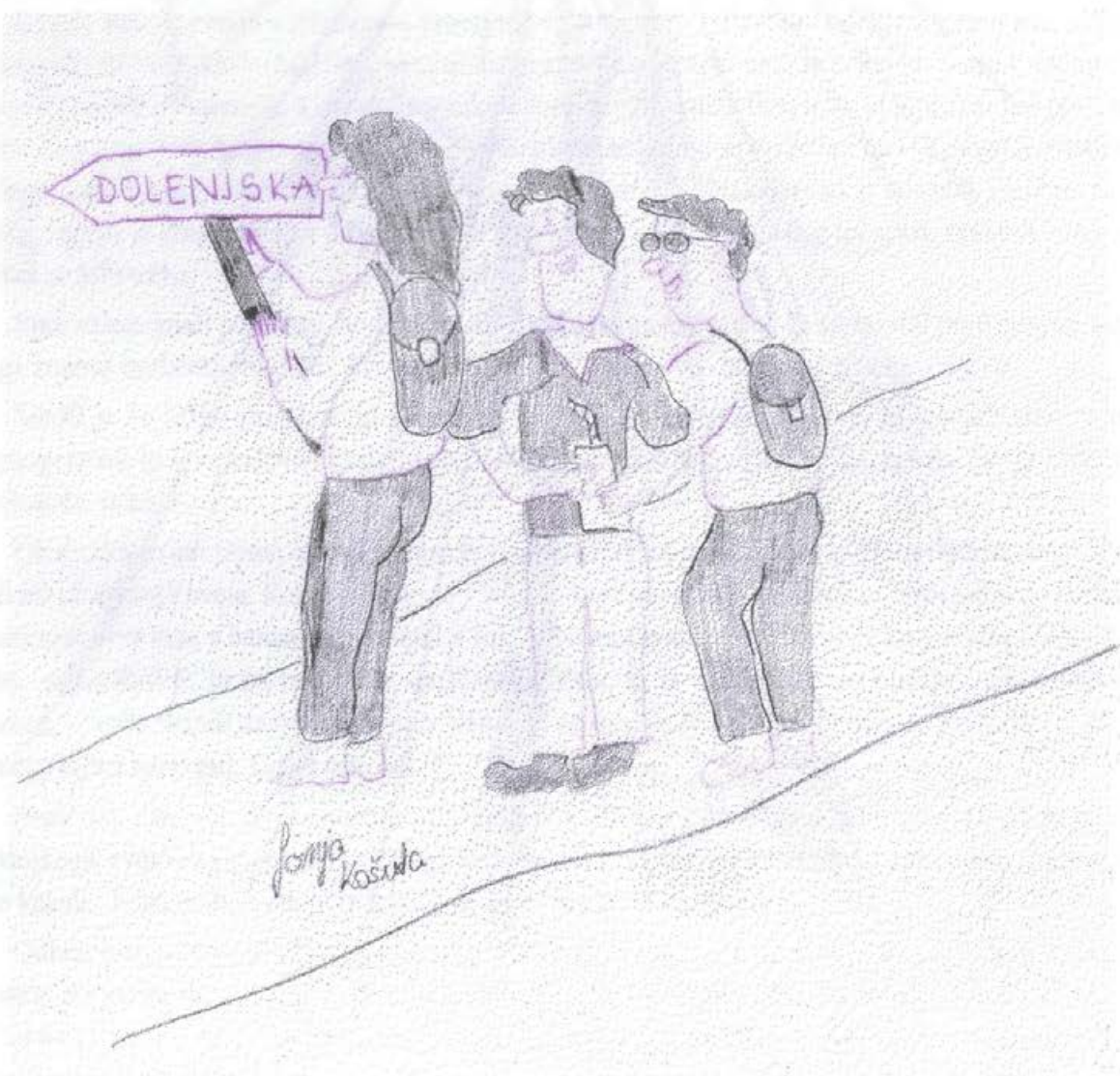


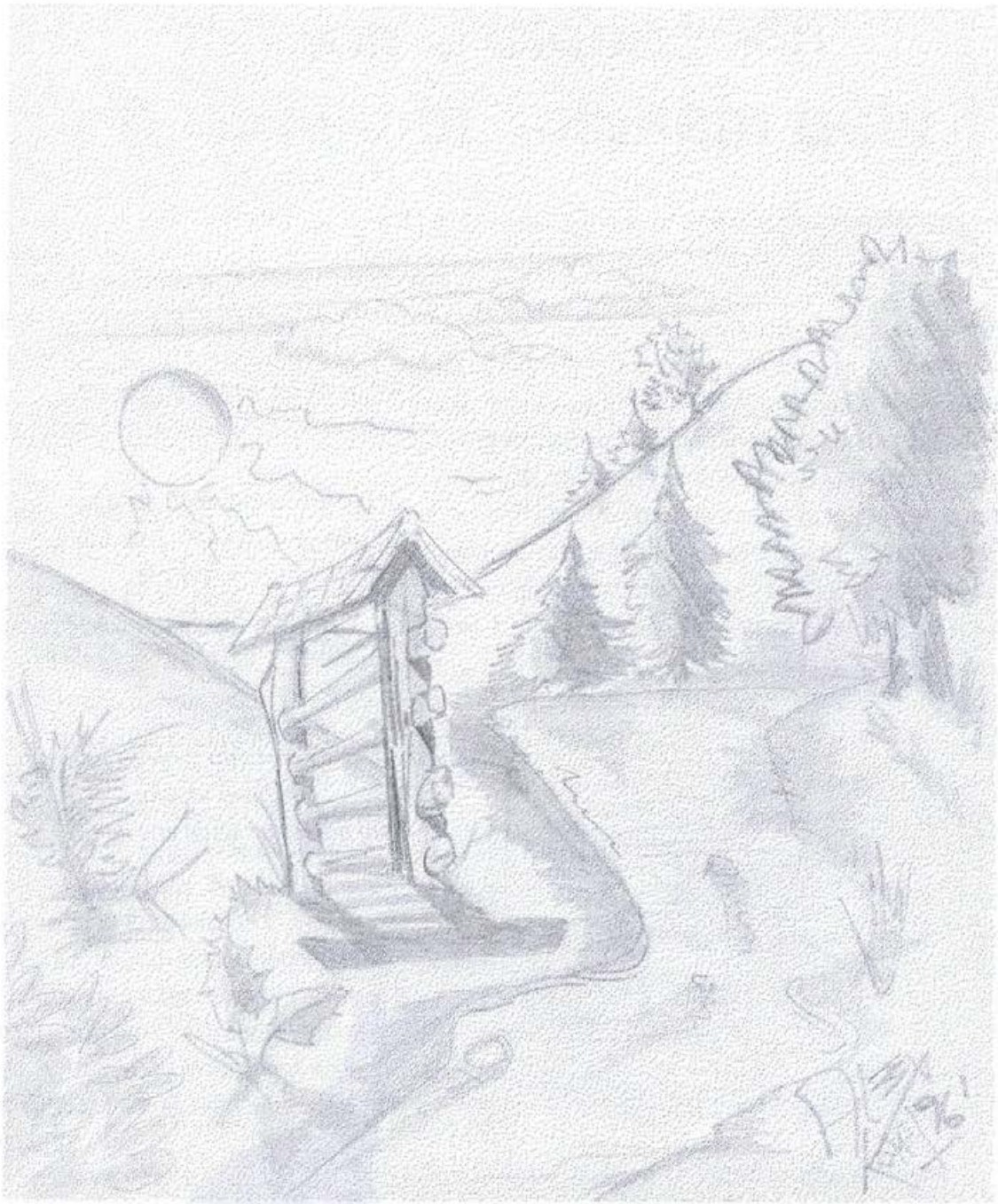
Dolenjska

“Super, gremo na ekskurzijo po Dolenjski!” Vsi smo se je veselili; to je bil pač še en dan, ki ga lahko preživiš brez skrbi. Rade volje smo položili zvezke v kot in se odpravili spoznavat našo deželo.

Obiskali smo grad Bogenšperk, nekaj cerkva, Trebnje in Stično. Najbolj simpatično se mi je zdelo na gradu, katerega lastnik je bil nekaj časa sam Valvasor. Pripovedovanje hudomušne gospe z velikim ključem v rokah in pa psičkom, ki je vedno capljajal za njo ter pazil, da smo se pravilno obnašali, nas je vse spravilo v dobro voljo.

Govorila je, kakor da bi se teksta naučila, ko je nastopila službo, in od takrat pa vse do sedaj to vztrajno ponavlja. Mislila sem, da poslušam nekoga, ki igra lajno. In ko ji je pošel zrak, se je za trenutek ustavila, nato pa takoj nadaljevala. Temu smo se vsi smejali, zaostajali niso niti profesorji, čeprav so se zelo trudili, da bi bili vzorni poslušalci!





V cerkvah, ki smo jih videli, sem se bolj osredotočila na arhitekturo, ker se mi je zdela precej zanimivejša od duhovnikove razlage. V času popoldanskega počitka sem doživela pravcati šok. S sošolkami smo si v neki gostilni naročile pico, na katero je bilo treba čakati več kot pol ure. Potem pa še užitna ni bila.

Prav srečna sem bila, ko smo odšli proti Stični. Tu smo za razliko od drugih krajev poslušali zgoščeno pripoved. Dan se je že nagibal v večer in zaradi utrujenosti nas je večina ob gledanju filma o zgodovini samostana zaspala.

Vesela sem, da sem si pobliže ogledala delček slovenske kulturne preteklosti, vendar menim, da je življenje v Vipavski dolini bolj zanimivo kot v okolici Trebenj.

Valentina SEVER, 2.a

Lepota v noči

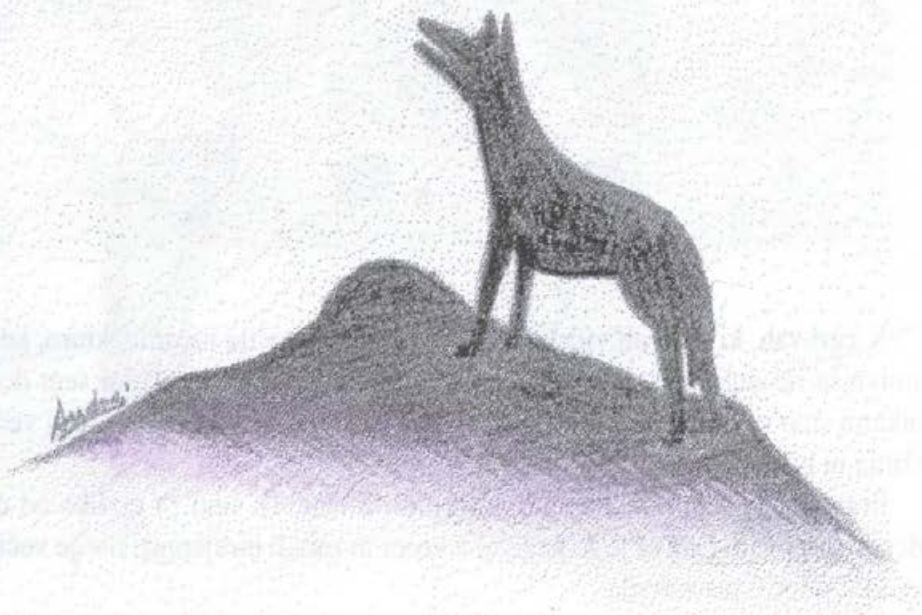
potuje luna v svojem neskončnem begu,
boji se žarkov, ki ukradli bi ji gospostvo teme.

kot otrok mi spreminja obraze,
a vedno vidim že videno in ne vem....

le blodim zaradi čara novega,
ki se poraja iz trenutka v trenutek,
iz lepega v še lepše,
baše mi čute,
zdi se v neskončnost.

zazebe me v dlani,
umaknem se v konstanto svojega življenja...
... posiljena toplota,
vsaj dokler ne vzide nov dan...

A.



Pomen sproščenosti pri učenju in šolskem delu

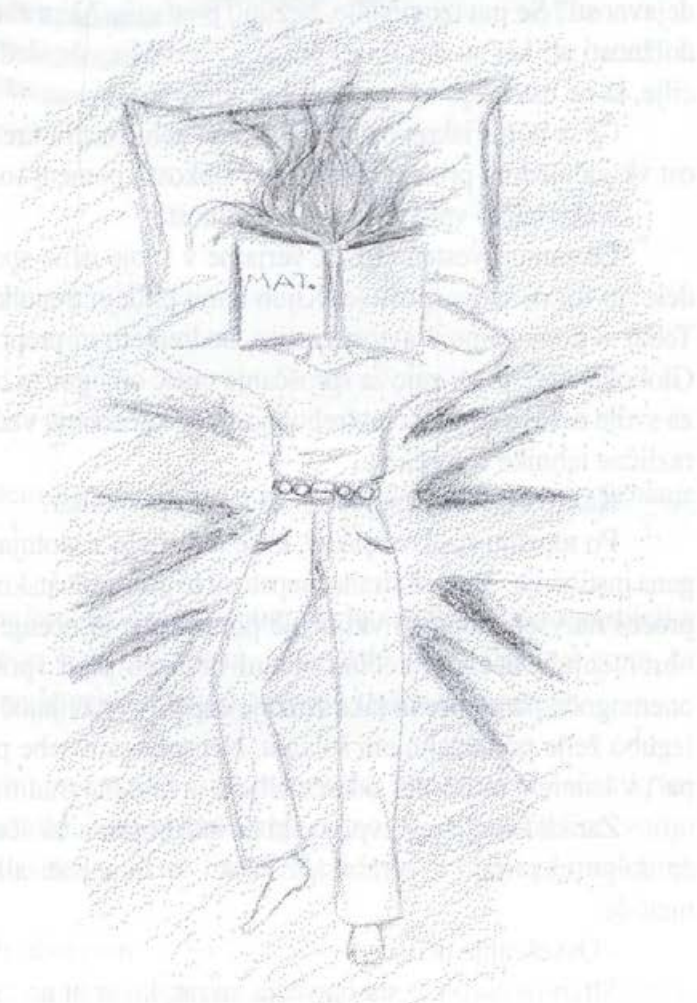
Globoko v sebi vsi nosimo željo biti polni energije, zdravja in sproščenosti, polni dobrega počutja in zadovoljstva. Ali čutimo v sebi mir in harmonijo? Smo veseli in srečni? Ali smo razdraženi in napeti? Nas je strah? Smo duševno obremenjeni?

Problemi in težave, ki povzročajo frustracije in konflikte, so do neke mere normalni življenjski pojavi. Predstavljajo nam izziv, brez katerega bi bilo življenje manj zanimivo in privlačno. Če se pojavljajo prepogosto, nas obremenjujejo, povzročajo strese in krize. Stres je nenaden telesni, duševni oziroma umski napor, ki zahteva mobilizacijo vseh fizičnih in psihičnih sposobnosti, da ga obvladamo. Vsak dan se nahajamo v številnih stresnih situacijah, iz katerih oziroma pred katerimi ne moremo pobegniti. Napetost se v nas stalno povečuje in vodi v stanje nenehne živčne in telesne prenapetosti. Postajamo občutljivi, nemirni, muči nas nespečnost, primanjkuje nam življenjske energije, zniža se naša odpornost proti boleznim. V tej napetosti koreninijo številne motnje: motnje pomnjenja in koncentracije, slabše dojetje informacij, površnost, življenje v oblakih in depresivnost. Kakšne posledice ima napetost na šolsko delo, je očitno.

Prevelika napetost nam krade energijo in zmanjšuje pozornost. Omejuje nas telesno, duševno in ustvarjalno. Bojimo se, da ne bomo dosegli cilja. Ta strah pred neuspehom je generator napetosti, še bolj jo povečuje. Naše življenje postaja začaran krog stresa.

Če nas je strah in smo negotovi ter napeti, imamo za svoje delovanje na voljo "manj možganov". Običajno ugotovimo, da že celo večnost strmimo v knjigo, ne da bi si karkoli zapomnili. Kdo je za to odgovoren?

Srednji možgani uravnavajo hormonski sistem, zdravje (imunski sistem) in pomemben del dolgotrajnega spomina. Limbični sistem, kot njihov sestavni del, je center naših čustev. V njem se oblikujejo pomeni, odnosi, stališča, vrednotenja. Tu kortikalno sprejeta sporočila dobijo svoj smisel, doživljajsko vrednost. Če je informacija posredovana tako, da vzbuja pozitivna čustva, si jo dobro zapomnimo. Ko nas je strah ali ko prevladujejo negativna čustva, srednji možgani informacijo potlačijo. Če smo v stresnem ali napetem stanju, informaci-



je nikdar ne dosežejo centrov za mišljenje. Kar izgubijo se. Počutimo se, kot da ničesar ne znamo. Glava je kot prazen list. To se učencem velikokrat dogaja.

Če imamo z učenjem slabe izkušnje, se počutimo nezavedno ogrožene, kadarkoli se ponovno skušamo učiti. Zaradi te bojzani dobivajo miselni možgani vse manj informacij in tako učenje res ni učinkovito. Krog je sklenjen.

Strah in napetost vplivata tudi na telesno zdravje. Študije dr. Janice in Ronald Glaserja (ZDA) so dokazale, da se pod vplivom stresa zmanjša količina interferona, ki je nujen za delovanje imunskega sistema. Stres slabi odpornost in človek je dovzetnejši za različne infekcije in obolenja. Tudi hormona kortisol in adrenalin, ki sta povezana z doživljanjem stresa, negativno vplivata na imunski sistem. Zato nas dejstvo, da so ljudje, ki so pod stalnim pritiskom, pogosto bolni, ne preseneča. V tej luči se nam tudi pogosti bolezenski izostanki učencev drugače kažejo.

Ko smo napeti, naši možgani slabše delujejo, v skrajnih primerih to stanje povzroči pravo miselno praznino. Zato ni nujno, da je učenčevo neznanje le rezultat njegovega nedela, ampak je tudi rezultat fizioloških dejavnikov. Učenje je intelektualno delo, ki zahteva cele možgane. Zato sta sproščenost in dobro razpoloženje nujno potrebna za učinkovito učenje in uspešnost pri pouku. Učna snov se dobro "uskладиšči" le v stanju sproščenosti. Zato je zelo pomembno, da se znamo sprostiti. Učinkovito učenje vedno začne z ustvarjalnim razpoloženjem, samozavestjo in zaupanjem v svoje zmogljivosti. Vsako zaskrbljenost in strah spremlja mišična napetost. Te pogosto ne opazimo, dokler nas ne začne boleti glava ali se pokaže kakšen drug telesni simptom. Znake nesproščenosti se moramo naučiti prepoznati. Sproščenost se pojavlja takrat, ko neko dejavnost z veseljem opravljamo. Spada tudi učenje med te dejavnosti? Se mu izogibamo, bežimo pred njim? Vprašajmo se, kaj radi delamo in kaj počnemo le iz dolžnosti ali ker so nas drugi prisilili v to? Mogoče sledimo napačnim ciljem ali pa skušamo doseči cilje, ki ne ustrezajo našim sposobnostim.

Če se bomo iskreno vprašali, bomo dobili tudi iskren odgovor. Morda nam ne bo všeč, saj iskrenost vključuje tudi priznavanje napak, šibkosti, pomeni soočanje s svojo senčno stranjo.

Kako lahko vplivamo na sproščenost?

Le samozavesten človek verjame v svoje učne sposobnosti in svoje znanje. Ima jasne cilje in delovni načrt, ki ga spoštuje. Kljub temu pridejo trenutki, ko skrbi in stresi to samozavest ogrožajo. Tedaj si pomagamo z avtosugestijo, bodrenjem in prepričevanjem, da zmoremo, znamo to opraviti. Globoko dihanje ter vaje za sproščanje mišic omogočita boljši pretok krvi in kisika v možgane, ki ga ti za svoje delovanje nujno potrebujejo. K sproščnemu vzdušju pripomore tudi posebna zvrst glasbe ter različne tehnike sproščanja.

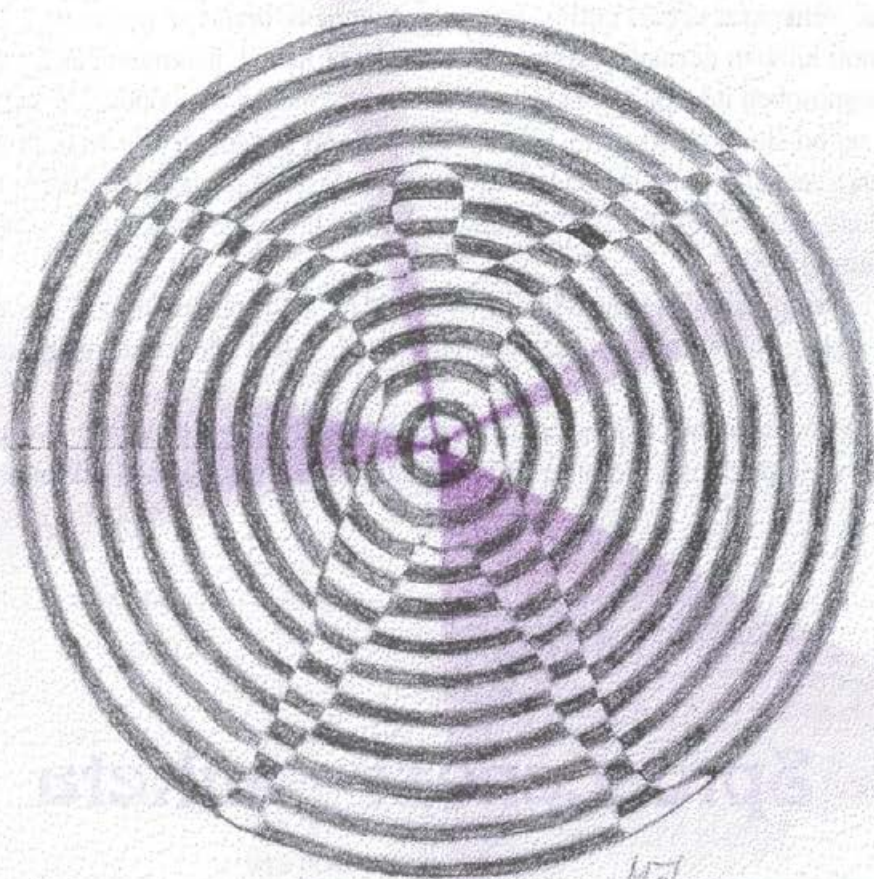
Kako bi povečali sproščenost v šoli, pri pouku?

Po mnenju strokovnjakov, ki se ukvarjajo z motnjami v izobraževalnem procesu, je šola stresogena institucija. Torej se strahu, napetosti in psihosomatskim motnjam ne moremo izogniti. Izobraževalni proces na vseh stopnjah vključuje preverjanje in ocenjevanje znanja ter izpite vseh vrst. To najbolj obremenjuje učence, večina občuti bojazen pred spraševanjem ali izpitom. Mnoge popolnoma onemogoči, paralizira in tako znižuje uspeh. Ponavljajoči se neuspehi povzročajo odpor do učenja in izgubo želje po nadaljnjem šolanju. Neuspeh sam sebe pogojuje. Pojavi se stanje "naučenega brezupa", v katerem se učenec odreče ciljem in se neha truditi, da bi kaj dosegel.

Zaradi škodljivega vpliva, ki ga ima bojazen na učenčevo počutje, znanje in oceno, se psihologi že dolgo ukvarjajo z vprašanjem, kako jo zmanjšati ali odpraviti. Priporočajo predvsem naslednje metode:

- Osveščanje učencev

Strah in napetost sta največja takrat, ko si ju ne znamo razložiti. Če pa vemo, da je normalen pojav, da jo doživlja večina učencev, običajno upade.



- Metode uspešnega učenja

Čim bolj učenec obvlada učno snov, tem manjša je napetost in obratno. Zato je trdno znanje orožje proti bojazni.

Spreminjanje negativne samopodobe

Negativna mnenja in sodbe o sebi nam jemljejo up in pogum, da bi se učinkovito spoprijeli z učnimi zahtevami. Trditve: nič ne znam, ničesar si ne zapomnim, imam trdo glavo, kam naj grem, če padem, kaj bodo rekli starši, sošolci, itd., samo še pripomorejo k večanju strahu in napetosti.

- Sprostitev organizma

Intenzivna čustva spremljajo fiziološke spremembe: hitri utrip srca, znojenje, povečan krvni pritisk, hitro in plitvo dihanje, mišična napetost itd. Zato je sproščanje nujno, saj napete mišice tvorijo nekakšen oklep, ki ga doživljamo kot neprijetno stanje, ki nas hromi. Z urjenjem mišičnega sproščanja vplivamo na zmanjševanje bojazni.

- Sprememba odnosov med učencem in učiteljem

Bistvo dobrih medsebojnih odnosov je vzajemno sprejemanje učencev in učiteljev. Ta odnos veliko bolj vpliva na učence kot interes do predmeta, do brezosebnih vsebin. Tudi najpomembnejša

dejstva se učencev ne dotaknejo, če niso podkrepjena s pozitivnim doživljanjem tistih, ki jih prenašajo ali izgovarjajo. Velikokrat učenci čutijo strah pred učiteljem, bojijo se njegovih sodb in pripomb, s katerimi vrednoti njihovo neznanje: saj nič ne znaš, nisi se naučil, neumno odgovarjaš, ne zaslužiš si niti enice, si nesposoben itd. Učitelj bi te sodbe lahko nadomestil s spodbudami, ki bi bile za učenca manj boleče: saj bo šlo, pomisli malo, ne odnehaj, pokazal si napredek, a še ni dovolj itd. Takemu učitelju bo učenec zaupal. S pomočjo medsebojnega zaupanja bo učitelj lahko uresničil tudi izobraževalne in vzgojne naloge. Končni rezultat vsakega šolanja ne sme biti samo strokovnjak, ampak tudi Človek.

- Psihoterapija

Izjemoma se zgodi, da nobena od naštetih metod ne pomaga, ker je strah preveč zakoreninjen. Običajno so vzrok boleče izkušnje iz zgodnjih let šolanja. Takrat učenec potrebuje strokovno pomoč terapevta.

V času, v katerem živimo, se je nemogoče izogniti obremenitvam, stresom in napetostim. Sproščeni ljudje imajo številne prednosti. Bolje se učijo, dlje živijo in srečnejši so. Poskrbimo, da bomo med njimi!

Bogomira ŽORŽ, pedagoginja

Sproščenost - anketa

Zakaj vsakič, kadar naletimo na izraz ŠOLA, pomislimo prej na nekaj neprijetnega kakor prijetnega?

Izviravci smo menili, da je pomemben dejavnik prav sproščenost dijakov med poukom. Kdaj, kje, kako, zakaj so dijaki lahko sproščeni oz. nesproščeni v šoli, so bila vprašanja, na katera je odgovarjalo 126 dijakov gimnazijcev - 83 prvošolcev in 43 bodočih maturantov.

Če vas zanimajo njihovi odgovori, si oglejte razpredelnico z rezultati ankete.

VPRAŠANJE	ODGOVORI IN KOMBINACIJE	1. L.	4. L.
1.			
Kdaj si pri pouku SPROŠČEN?	a) ko vem, da ne bom vprašan	13	8
	b) ko me učna snov zanima	2	2
	c) ko je učitelj dobre volje	7	6
	d) ko lahko aktivno sodelujem	3	5
	e) ko me ni strah	5	3
	KOMBINACIJE		
	a in c	12	8
	a in e	8	6
	b in d	6	1
	c in e	3	0
	a, c in e	16	2
	b, d in e	5	1
	drugo: nikoli	0	1

VPRAŠANJE	ODGOVORI IN KOMBINACIJE	1. L.	4. L.
2. Kdaj si pri pouku napet in NESPROŠČEN?	a) ko nisem pripravljen za uro	15	5
	b) ko se bojim, da bom vprašan	17	6
	c) ko nas učitelj kritizira in nam pridiga	6	3
	d) ko sem v konfliktu s sošolci	2	0
	e) ko ne razumem učne snovi	7	2
	f) pred pisno nalogo, testom	22	14
	KOMBINACIJE		
	a in f	4	5
	a in e	1	3
	b in f	5	4
	b, e in f	4	1

3. S katerimi VZROKI povezuješ nesproščenost?	a) z učiteljem	22	10
	b) s sošolci	13	1
	c) z učiteljem in s sošolci	15	3
	d) s predmetom	5	5
	e) z dnevom v tednu, konferenci...	8	4
	KOMBINACIJE		
	a in d	11	5
	a in e	0	2
	c in d	2	5
	c in e	7	13

4. Ali je sproščenost pri pouku pogojena s preverjanjem in ocenjevanjem znanja?	a) DA	62	37
	b) NE	21	6

KAKO?

- DA, KER ti dobre ocene dvignejo samozavest
- DA, KER si z dobrimi/slabimi ocenami pridobiš naklonjenost učitelja
- DA, KER s slabimi ocenami zgubiš voljo do učenja
- NE, KER je jasno, da nisi vedno za ves urnik 100% pripravljen. Če si optimist in upaš, da ne boš vprašan, si lahko še vedno sproščen.

5.

LESTVICA predmetov, kjer so učenci najbolj

a) SPROŠČENI

1. letniki

1. TELESNA VZGOJA
2. MATEMATIKA
3. UMETNOST

4. letniki

1. TELESNA VZGOJA
2. FILOZOFIJA
3. PSIHOLOGIJA oz.
BIOLOGIJA

b) NESPROŠČENI

1. letniki

1. ANGLEŠČINA
2. SLOVENŠČINA
3. ZGODOVINA

4. letniki

1. MATEMATIKA
2. SLOVENŠČINA
3. ZGODOVINA oz.
NEMŠČINA

6.

KAJ PREDLAGAJO DIJAKI, da bi bile ure bolj sproščene?

- zanimivejše razlage
- bolj sproščen odnos učitelj - učenec
- zamenjavo profesorja oz. profesorice

* mrak, sveče, dobro večerjo s polsuhim vinom in dobro kavico, seksualno sprostitiv...

Kot ste opazili, so dijaki v večini krivdo za nesproščenost zvrnili na učiteljeve rame. Ker pa je vedno treba slišati oba zvona, smo dali tudi učiteljem možnost, da se branijo pred obtožbami.

Pri obravnavi te ankete smo rezultate razvrščali glede na delovne izkušnje anketiranih učiteljev. Od petnajstih anketiranih je bil eden začetnik, štirje so si izkušnje nabrali v času enega leta do petih let in deset učiteljev je odgovarjalo na podlagi izkušenj iz več kot petih let.

VPRAŠANJE	ODGOVORI IN KOMBINACIJE	DO 1 LETA	1 - 5 LET	NAD 5 LET
1. Kaj razumete pod pojmom "SPROŠČENOST PRI POUKU"?	a) da dijaki aktivno sodelujejo b) da se me dijaki ne bojijo c) da pritegnem zanimanje dijakov za učno snov d) da se sam sproščeno počutim		1	2
	KOMBINACIJE			1
	a, b, c in d	1	1	3
	b in d		1	
	c in d		1	
	a in c			2
	a in d			1
	a, c in d			1

VPRAŠANJE	ODGOVORI IN KOMBINACIJE	DO 1 LETA	1-5 LET	NAD 5 LET
2. Kako zaznate nesproščenost v razredu?	a) dijaki so mirni in tihi			3
	b) dijaki so neaktivni, ne sodelujejo		1	2
	c) dijaki so nemirni in nevodljivi		1	
	d) dijaki pogosto gledajo na uro		1	
	<i>KOMBINACIJE</i>			
	b in c	1		2
	a in b		1	2
	drugo: dijaki aktivno sodelujejo			1
3. S katerimi dejavniki se povezuje vaša sproščenost pri urah?	a) z letnikom			
	b) z oddelkom		1	2
	c) s pripravo na pouk			1
	d) z dnevom v tednu			
	e) z uro v dnevu			
	f) drugo: tema učne ure		1	
	<i>KOMBINACIJE</i>			
	b in c	1		3
	a in c		1	1
	a in b		1	
	a in e			1
	d in e			1
	a, b, c, d in e			1
4. Kje vidite vzroke za nesproščenost dijakov pri pouku?	a) v dijakih in njihovem delu		3	3
	b) v učni snovi			1
	c) v svojih zahtevah in postopkih			1
	<i>KOMBINACIJE</i>			
	a in c	1	1	
	a in b			2
	a, b in c			2
	drugo: veliko ur, visoka zahtevnost pri posameznih predmetih, kampanjsko učenje ...			1
5. Ali sproščenost pri urah vpliva na učni uspeh?	a) da	1	4	9
	b) ne			
	c) oboje			

6.

Kako bi po vaše izgledala sproščena učna ura?

Najpogostejši odgovori:

- učenci aktivno sodelujejo, v razredu poteka nenehna izmenjava mnenj...
 - učenci so polni pozitivne energije
 - sproščena ura hitro mine, na koncu sta oba (učitelj in učenec) zadovoljna
 - izmenjava mnenj, oblikovanje novih misli, duhovna iskrivost...
-

7.

Na kakšen način bi sami pripomogli k večji sproščenosti?

Izbrana mnenja:

- uporaba večjega števila učnih pripomočkov
 - obravnava tem, ki so dijakom bolj pri srcu
 - skupinske metode dela
 - pogovor z učenci namesto frontalne razlage
 - sproščenost ne more biti odvisna od ene same osebe.
-



Razpacana slika

perspektiva.

temna, nerazločna...

železne verige se spuščajo nad svetlo zelenje.

obrnem se.

*stotero oči mi vrača steklene poglede,
tisočero src obupuje nad prihajajočim jutri,
njihovi oklepi se podajajo v neznano.*

*meduzin pogled je prebudil cestne kamne,
krive brez krivde,
ki morajo vstati v vrsto,
v vrsto, ki pojde zatonu v naročje.*

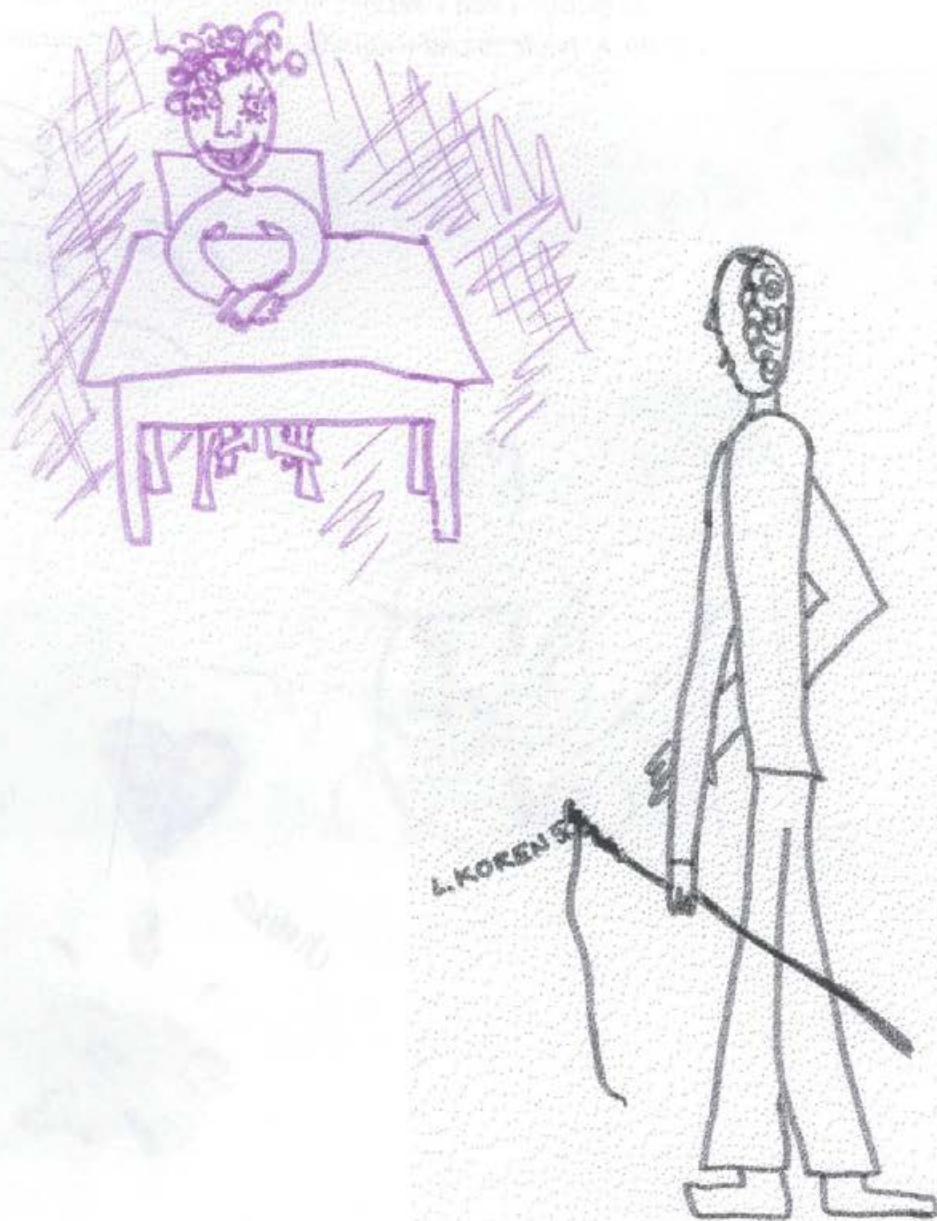


Sproščeno pri nas v gimnaziji

Opremljena s podatki za sproščeno in prijazno šolo, prijaznimi profesorji in še prijaznejšimi sošolci sem pred tremi leti stopila skozi gimnazijska vrata. Nad mano so bedeli mamini nauki o tem in onem prfoksu, pa da se je treba učiti, piflati, da pamet ni dovolj, lepota pa še manj.

Vtis prvega in drugega dne je bil grozljiv. Le pri fiziki smo dobili namig, da ni vse tako hudo. Drugače pa ... ha, ha, ha. Z vsemi mojimi IQ bi po izjavah profesorjev o zahtevnosti učenja, znanja in sposobnostih pristala na šoli s prilagojenim programom. Doma sem vse ure buljila v knjige in zvezke, nekaj sem jamrala mami, ki seveda za jamrarijo sploh nima posluha, saj jo uvrščam v razred mučiteljev vseh bodočih mučencev.

S profesorji se spogledujemo, vohamo, prilizujemo in sončimo zobe do ušes. Pod kožo se jezimo in si mislimo: "Ali so res tako dvignjeni v predstavah na oltarju kot Cankarjeva Madona!"



Skorajda bi rekla, da so v meniškem redu in da so vsi sveti Jožefi in Marije Device, ker takrat, ko so oni hodili na gimnazijo, so se:

- samo učili,
- samo pisali naloge,
- samo brali obvezno branje,
- samo vadili matematiko,
- samo reševali najtežje naloge iz fizike in kemije,
- zdrdrali so vam vsa geološka obdobja ob polnoči,
- rikverc povedali vse glagolske oblike pri nemščini, angleščini in francoščini,
- stresali letnice pri zgodovini,
- dosegali svetovne rekorde pri teku na 200, 400, 600 in 5000 metrov.

Sploh pa niso:

- pohajali,
- kadili in pili,
- žurirali,
- mamu in očeta so držali za rokico,
- fanta ali punce pa še pogledali niso, ker so zamujali zaradi slabe prehrane pri telesnem in duševnem zorenju.

Mi pa mulci nehvaležni; o, la, la. Niste in nismo pridni. Ali smo res tako slaba generacija? Ali mi ustvarjamo ta svet ali smo že dobili tako narejenega od ostalih odraslih, tudi od gospodov in gospa profesorjev.

Mar mi nismo krvavi pod kožo, komu naj se pritožimo ali s kom naj se pogovorimo, če se niti odrasli in vodilni med seboj ne znajo pogovoriti?

Ali je sproščenost v šoli, v razredu? Ne bodite nori! Plenilci, mesojedi, rastlinojedi plenijo po dijakih. Mogoče jim bomo kdaj vrnil.

Ali smo krivi mi ali odrasli - za nesproščenost in nerazumevanja?

Kdo naj prvi reče Mea culpa, mea culpa, mea maxima culpa?

Lea

Daleč, a kako?



vleče me v dalj,
v neznano, na nenaseljeno in neoznačeno.
moram proč.

zapuščam sledi,
oklep in kosti,
lezem iz okvirjev.

sem oblak širin in veter me reže v podobe,
podobe neposanjanih sanj,
vedno nove, nedotaknjene...

prekleta!
zakaj mi svet, ko odprem oči, poreže krila?
zakaj mi nabijajo stranice v meso,
mar ne vedo, da sem več kot le kila?

zaprite me v sod,
a pustite moji duši na sončna polja,
brez katerih ne gre živeti....

A.

Nesproščenost, stres, duševna stiska

Pojmi, kot so nesproščenost, stres, duševna stiska itd., niso nobeno novo odkritje. V današnjem času so postali celo moderni. O njih smo že veliko slišali po televiziji, radiu, brali v knjigah in revijah, dobro pa bi bilo slišati strokovno mnenje, zato sem se odločila, da se o tem pogovorim z medicinsko sestro Velinko Božič, kateri ti pojmi niso tuji in zelo dobro pozna alternativne metode zdravljenja, s katerimi ima dolgoletne izkušnje. Poleg svojega mnenja o duševnih stiskah, stresu, strahovih nam bo predstavila še dve metodi alternativnega zdravljenja: meditacijo in imaginacijo.

Strokovno mnenje o duševnih boleznih

Človek ima telo, dušo in duha. Vsi trije deli so med seboj neločljivo povezani. Če zbolí eden, zbolita še ostala dva. Med njimi moramo vzpostaviti popolno harmonijo. Ta harmonija pogojuje človekovo zdravje.

Znano je, da ima ogromno bolezní psihosomatski izvor. Težave, stiske, strahovi, nesproščenost, skrbi, vse to vpliva na razvoj bolezní, kot so čir na želodcu, glavobol, vnetje debelega črevesja, vnetje želodčne sluznice in navsezadnje tudi rak. Pogosto se zgodi, da ljudje ne znajo svojih težav izraziti ali pa se nimajo s kom pogovoriti. Svoje težave "pogoltnéjo" in posledice se pokažejo v želodčnih težavah.

Ker je nesproščenost tema v tem šolskem glasilu, se je bom dotaknila bolj podrobno. Nesproščenost ima različne vzroke, najpogostejši pa so strah, pomanjkanje samozavesti in pesimističen pogled na svet. Nesproščenost moramo premagovati tako, da najprej ugotovimo njen vzrok. Ko ugotovimo njen vzrok, se ga moramo znebiti. Če je vzrok strah, se ga lotimo odpravljati na več načinov. Alternativna zdravljenja, posebej joga, avtogeni trening, meditacija in imaginacija so znana po tem, da uspešno premagujejo strah.

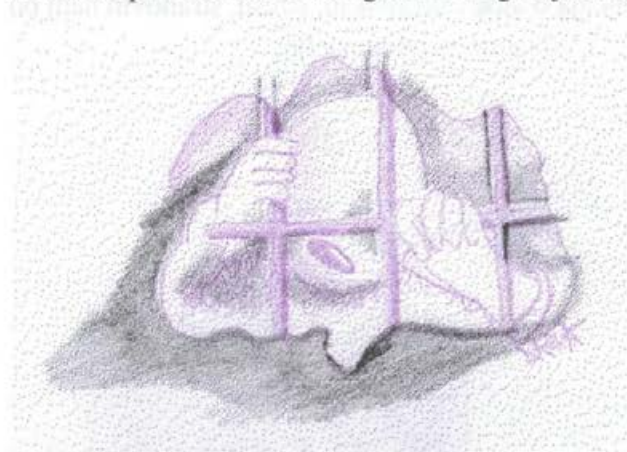
Alternativna zdravljenja so v zadnjih desetletjih postala zelo moderna. Večinoma so nastala na Vzhodu, to sta Indija in Kitajska, nekaj pa jih je tudi evropskih. Znane so predvsem meditacija, joga in avtogeni trening, v zadnjem času pa se uveljavljajo terapije z glasbo, s plesom in imaginacija ter biofeedback. Naučite se jih lahko s knjigami in priročniki, za učenje joge in avtogenega treninga je priporočljivo imeti učitelja, za biofeedback pa je terapevt obvezen. Metode niso primerne samo za guruje ali šamane, kot večina misli, ampak tudi za nas.



Meditacija

Meditacija je poglobljeno razmišljanje, nekakšna pot v človekovo dušo, duha. Meditiramo, ko se brez vsakega početja in brez vsakih želja prepuščamo sedanjemu trenutku. Spomnite se na to, kako ponoči opazujete zvezdnato nebo in občudujete veličino prizora nad sabo, ne da bi ugotavljali, koliko zvezd je na nebu ... tudi to je meditacija.

Meditacijo je težko opisati z besedami, lahko jo le doživite. Znano je namreč, da vsak doživi meditacijo na drugačen način. Kljub temu pa meditacija poteka po "enem in istem kopitu". Učitelji meditacije so potek razdelili v tri faze. V prvi fazi poteka koncentracija, takrat se moramo znebiti vseh misli, kar pa ni lahko. To so ugotovili že guruji, zato so uvedli usmerjanje na eno besedo, ki je najpogosteje mautra. Ko smo skoncentrirani, pridemo v drugo fazo. Takrat šele poteka meditacija. Meditacijo razumemo le, če jo poskusimo izvajati. Druga faza je stanje, ko brez vseh želja in telesnih občutij dopuščamo vsako misel, ki se pojavi. Takrat smo popolnoma sproščeni, spoznavamo samega sebe iz vseh zornih kotov. Tretja faza je bolj zapletena in redko jo kdo doživi. Konča se po določenih pravilih.



steje mautra. Ko smo skoncentrirani, pridemo v drugo fazo. Takrat šele poteka meditacija. Meditacijo razumemo le, če jo poskusimo izvajati. Druga faza je stanje, ko brez vseh želja in telesnih občutij dopuščamo vsako misel, ki se pojavi. Takrat smo popolnoma sproščeni, spoznavamo samega sebe iz vseh zornih kotov. Tretja faza je bolj zapletena in redko jo kdo doživi. Konča se po določenih pravilih.

Kje in kdaj je meditacija nastala in kako je razširjena po svetu?

Nastala je že v starem veku v Indiji in bila del joge. Kasneje se je osamosvojila in se razširila po svetu. Meditacij je več vrst, najbolj znana je zen meditacija. Nobena vrsta meditacije ni najboljša in ne najslabša. Na svetu meditira na milijone ljudi, število pa se hitro povečuje.

Kako se naučimo meditirati?

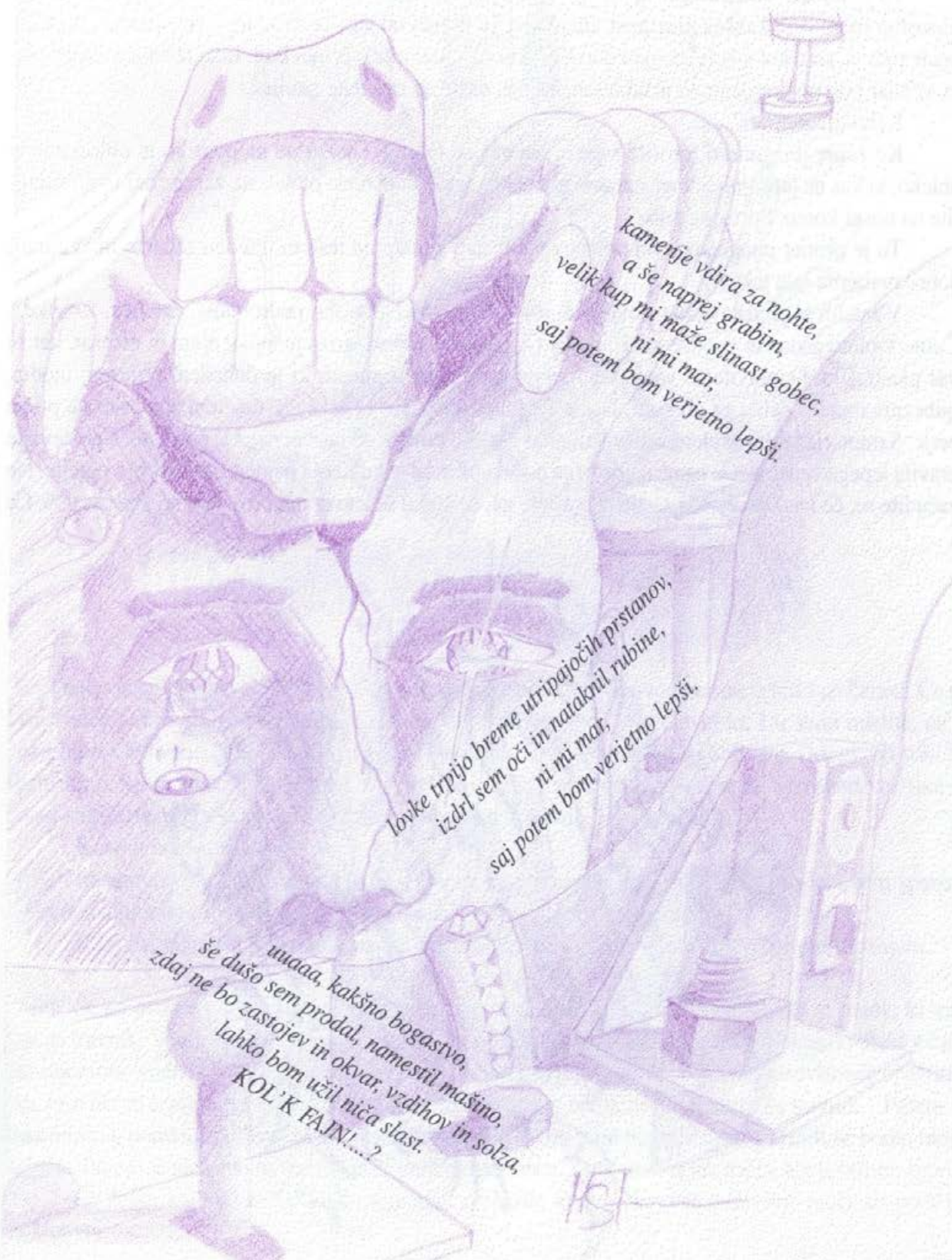
Naučimo se tako, kot smo se naučili drugo: z vajami. Načinov je ogromno, najbolje pa je s pomočjo knjige ali s terapevtskimi metodami. Tečajev meditacije je manj, vendar so. O njih se pozanimajte na ljudski univerzi.

Ker je meditacijo težje razumeti, preberite še kakšno knjigo o njej. Vedeti morate, da ni nobena tajna znanost, filozofija, niti mističen ali spiritualen proces.



E.

Proti nič



kamenje vdira za nohte,
a še naprej grabim,
velik kup mi maže slinast gobec,
ni mi mar,
saj potem bom verjetno lepši.

lovke trpijo breme utripajočih prstanov,
izdril sem oči in nataknil rubine,
ni mi mar,
saj potem bom verjetno lepši.

uuuuu, kakšno bogastvo,
še dušo sem prodal, namestil mašino,
zdaj ne bo zastojev in okvar vzdihov in solza,
lahko bom užil nič a slast,
KOL'K FAJN!...?

A.

Imaginacija

To je ločitev od realnosti in vstop v duhovno-vizualni svet. Ne, ne ustrašite se, to ni nobena filozofija in ne vem kakšna umetnost. Imaginira že večina od vas, le da se tega ne zavedate. Gotovo imate tudi vi, tako kot jaz, ful bogato domišljijo in radi sanjarite o čemer koli. Imaginacija je sanjarjenje, vendar bolj poglobljeno, to je tako sanjarjenje, da se ne zavedate okolice.

Kako imaginirati?

Ko želite imaginirati, prosite svojce, naj vas ne motijo. Ulezite se na posteljo in oblecite se v obleko, ki vas ne utesnjuje. Noge narahlo razmaknite, roke naj bodo ob telesu, zaprite oči in jih usmerite na nosni koren. Sprostite telo.

Tu je primer imaginacije, ki pomaga premagati strah pred testom. Preden začnete imaginirati, dobro preberite tale tekst:

V mislih si predstavljajte travnik ob robu gozda. Vidite vsako podrobnost, cvetlice, žuželke... Čutite toploto sonca in vonjate svežo travo. Ogledujete si gozd, gozd je lep, v njem ni ničesar, kar bi vas prestrašilo. Odpravite se vanj. Veste, da v gozdu živi samotar, ki je pobožen, prijazen, moder, ljubezniv menih. Želite ga obiskati. Iščete njegovo hišico, kar nekaj časa, medtem pa poslušate ptičje petje. Samotarja lahko najdete v hišici ali pred njo. Ko pridete do hišice, najprej potrkate. Upoštevajte pravila lepega vedenja. Če ga ne najdete, ga počakajte pred hišo. Ko ga najdete, si ga dobro oglejte. Ne začudite se, če vas vprašujoče gleda. Vprašajte ga, če lahko sedete in mu poveste vse, kar vas teži. Če





tega noče storiti ali pa vam odgovori, da morate sami poiskati odgovor, ne smete biti razočarani. Če pa vam hoče pomagati, ga poslušajte. Samotar vam bo odgovoril in svetoval to, kar sami mislite, da je najbolje. Čez nekaj časa se poslovite in ga vprašajte, če ga lahko še kdaj obiščete. Odgovoril vam bo pritrdilno. Ko se vračate skozi gozd, vam je laže in zdi se vam, da niste več sami. Sproščeni ste, tudi če niste dobili nasveta. Še enkrat se ozrite po travniku in gozdu, nato končajte.

Kako prenehamo imaginirati?

Imaginacijo končajte z globokim vdihom, se pretegnite kot po dolgem in globokem spancu, odprite oči in razprite prste rok in trikrat močno pokrčite roke v komolcih.

Kdaj imaginirati? Kadarkoli, najbolje zjutraj, preden greste v šolo ali zvečer pred spanjem.

Še en primer imaginacije za premagovanje strahu pred testom: Predstavljajte si potok, ki teče skozi travnik. Veseli ste ga. Oglejmo si ga, voda v njem je bistra. Sklonimo se, oblikujmo dlani v čašo in zajemimo vodo iz potoka. Z njo izplaknemo usta in jo izpljunemo. To večkrat ponovimo in opazimo, da smo hkrati izpljunili vse stiske in strahove. Opazujemo potok in se uležemo na travnik. Potem se sklonimo k potoku in pijemo vodo v dolgih požirkih. Voda nam bo dala moč, počutili se bomo okrepljene. Potem se uležemo na travnik in se grejemo na soncu. Končamo na tak način, kot je opisan zgoraj.

Če želite kaj več zvedeti o imaginaciji, preberite knjigo Naravne zdravilne moči ali poiščite terapevta.

Uničevalec

ob poti hladno telo, nad njim modrina neba,
brcnem,
zaslišim krik bolečine,
a me ne gane.
zavijem.
pod trdimi podplati občutim pokanje žil.

zaželim si soka, življenja,
rad bi občutil, kako se zvija,
kako skuša ubežati,
a ne more,
ker se je revež spravił nadenj.

sedaj plačuje, revež,
ne najdem sočutja, ker je preteklost,
vir tolažbe se je posušil,
v prazno rine moj krik.

poton se bliža,
ne zdaj, ne jutri,
ampak ko se prihodnost konča.



Konj in človek skozi čas

Če bi nekdo primerjal današnjega konja s konjem v eocenski dobi, bi se prav gotovo začudil. V eocenski dobi je konj ali t.i. Eohippus živel v gozdovih in se prehranjeval z listnato hrano. Njegova prvotna višina ni presegla 35 cm. Na sprednjih okončinah je imel štiri prste, na zadnjih pa le tri. Ko pa so se predniki konja postopoma selili iz gozda v savane, ko so listnato hrano vse bolj nadomeščali s travnato na prostorskih pašnikih, so bili prisiljeni braniti se pred drugimi živalmi predvsem s tekom. Tem novim nalogam so se prilagajale tudi okončine. Pri današnjem konju je nosilno funkcijo okončin ohranil samo močno razviti srednji prst, pri katerem se je noht razvil v specializiran organ - kopito. Razvijale pa se niso samo noge, temveč se je konj zaradi visokih travnatih površin povišal tudi do 170 cm.



Danes poznamo veliko pasem konj, razdelimo pa jih v dve glavni skupini: v toplotkrvne konje (konji, ki so zaradi svoje telesne zgradbe primerni za šport) in hladnokrvne konje (težki delovni in vlečni konji) ter male konje (poniji, hoflingerji...).

Kateri skupini sesalcev pripada konj?

Konja uvrščamo v družino konjev, v red lihoprstih kopitarjev, med štirinožne, rastlinojede živali.

Katere so osnovne biološke značilnosti konja kot vrste?

Konj je socialna žival, ki ima odlično razvit mišično skeletni sistem, dihala in krvnožilni sistem. Stalno potrebuje veliko gibanja, saj je rojen kot tekač. Zaradi obilice hrane, ki mu je bila takrat na voljo, ima relativno slabo razvit prebavni trakt. Ima zelo odlično razvita čutila in gibala, saj je zelo plaha žival.

Včasih je v velikih čredah naseljeval prostrane stepe Evrope in Azije. Človek ga je začel udomačevati približno 4000 let pred našim štetjem. Kot jahanca ali voznega konja pa so ga že uporabljali stari Babilonci, Asirci, Egipčani, kasneje tudi Grki in Rimljani. Leta 1648 pr.n.št. pa so s konjem tekmovali na galopnih dirkah, Homer pa je opisoval tudi tekme zapreg. Po vdoru barbarov v rimsko državo leta 476 pa je prišlo do zastoja. Konja so uporabljali le še za vojsko in transport. Dandanes pa konja uporabljajo pri vojski in

milici, še vedno je dober za delo na polju, predvsem pa je konj dobrodošel na tekmovalnih pistah. Danes poznamo veliko jahalnih veščin, ki pa so jih v preteklosti že zapisovali Grki in Egipčani. Sedaj so nam že znana naslednja tekmovanja s konjem:

- tekmovanja v "western" stilu jahanja
- tekmovanja v vztrajnostnem-distančnem jahanju
- tekmovanja v valtižiranju
- tekmovanja vprežnih konj
- tridnevna tekmovanja "military"
- galoperske in kasaške dirke
- tekmovanja v preskakovanju ovir
- tekmovanja v dresuri.



Z renesanso v 15. st. pride zopet do napredka. Leta 1445 je izšla na Portugalskem knjiga o veščinah jahanja, vendar so dresuro resneje gojili v Franciji. Konec 19. stoletja je La Gueriniere napisal dokončne osnove moderne dresure, ki veljajo še danes.

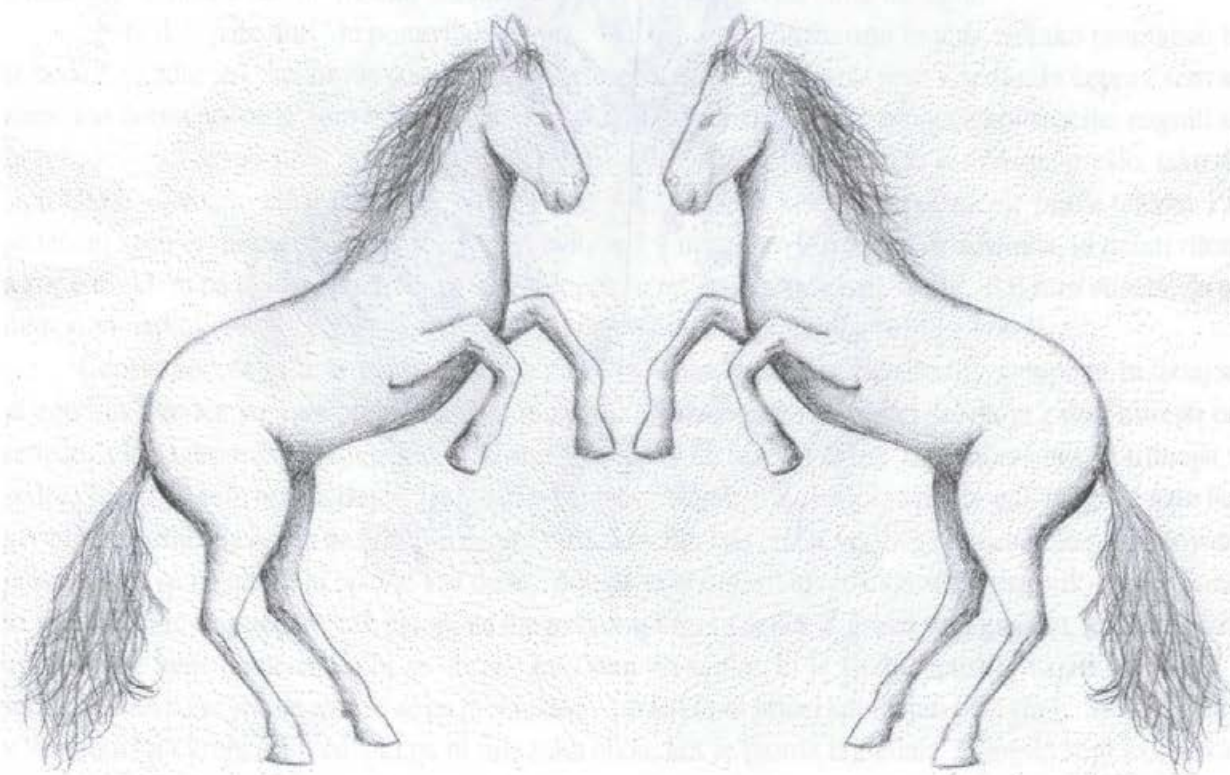
Tekmovanja v dresuri pa zahtevajo popolno izvedene elemente, ki spadajo k osnovam moderne dresure. Teh elementov pa konj nima prirojenih, temveč ga moramo naučiti. Težavnost teh elementov se stopnjuje po zahtevnosti določene kategorije. Te kategorije si sledijo po težavnostih takole:

- kategorija A, L, M, Prix St. Georges, Inter mediare, Grand Prix in Grand Prix Special ter prosta naloga ob glasbi.



V kategorijo A spadajo lažje izvedeni elementi, kot so na primer mali krogi ($r=8m$) v kasu, velik krog v galopu, odstopanje (konj hodi nazaj). Ta kategorija je namenjena mladim jahačem in konjem. V kategorijo L spadajo elementi, ki so za mlade konje že zahtevnejši, nastopajo pa jahači, ki se ukvarjajo z dresurnim jahanjem najmanj 2 leti. V teh dveh kategorijah nastopajo jahači (mladinci, ki so stari od 12 do 18 let). V ostalih kategorijah (M. Prix St. Georges...), nastopajo jahači člani, ki so stari od 18. let naprej. V teh kategorijah tekmujejo starejši konji, saj so elementi že tako težki, da porabijo trenerji precej let, da konja tega naučijo. V Sloveniji imamo le nekaj dobrih jahačev in konjev, ki nastopajo v najvišjih kategorijah (Intermediare, Grand Prix Special...). Nastop jahača pa ocenjujejo trije sodniki. S točkami od 0 - 10 ocenijo posamezen izveden element, držo jahača, poslušnost konja in napake (odštejejo). Po končanem nastopu jahača seštejejo točke od vseh elementov. Na podelitev pokalov in priznanj (rozet) pridejo tisti tekmovalci, ki so uspešno opravili svoj nastop in se uvrstili v prvo tretjino najboljših nastopajočih. Ti tekmovalci si naberejo točke, s katerimi si pridobijo licenco (izkaznico, ki dovoljuje tekmovalcu, da se udeleži v zahtevnejši kategoriji) za višjo kategorijo.

K.



Krščena jahačica

Jahanje - kako čudovit šport! Predstavljajte si, kako varno sedite v konjskem sedlu in vsaj enkrat zviška gledate na ljudi pod seboj. Predstavljajte si, kako vam veter mrši lase, vi pa galopirate neznano kam! A vendar - postavimo se za hip na trdna tla: usesti se na konja in zviška gledati na ljudi - to ni težko. Da pa boste lahko galopirali in tekmovali z vetrom, se morate najprej naučiti vsaj osnovnih veščin jahanja.

Že od nekdaj sem občudovala konje. Ko sem bila še majhna in sem kot kak droban ščinkavec sedela poleg očeta ter uživala ob kavbojkah, se je moja pozornost bolj kot na može, ki so se kar naprej streljali, obrnila na prekrasne živali, ki so jih jezdili. In ko sem zagledala primerek, ki mi je bil najbolj všeč - po navadi je bil to kak ognjen vranec s prekrasno dolgo grivo - sem vzradoščena vzkliknila: "Lej, tata, takega mi boš kupil!"



Ščinkavca sem že zdavnaj prerasla in spoznala, da ima človek tudi želje, ki so teže uresničljive - to pa še ne pomeni, da se ne morejo uresničiti. Meni so se jahalne sanje uresničile minulo poletje.

Jahalni tečaj je potekal na Ajševici. Učiteljica Mojca mi je kmalu predstavila Batesto, konja, na katerem naj bi se v desetih urah naučila osnovnih veščin jahanja. Bil je velike rasti - za začetnika odločno prevelik mešanec med lipincem in neko drugo pasmo, ki ji ne vem več imena. Njegova nekoč kot oglje črna dlaka je imela po hrbtu majhne bele proge, glava pa je bila od čela do konca

smrčka bela, ob straneh črna s sivkasto grivo. Najbolj pa so me privlačile njegove velike rjave oči, ki so izžarevale razumevanje in skrito hudomušnost. Izstopali sta tudi njegova nerodnost in igrivost - zelo rad se je podrgnil z glavo ob mojo ramo ali hrbet, ponavadi tako sunkovito, da me je vrglo naprej. In čeprav Mojca takega početja ni dopuščala, si ga je včasih Batesta kljub prepovedi sam dovolil. Všeč mu je bilo tudi, ko sem ga čedila; svoje zadovoljstvo je izražal z mahanjem repa, z njim si je tudi odganjal nadležne muhe, vendar mu ni prišlo na misel, da moram posledice njegovih kar močnih udarcev nositi jaz. Nemogoče je bilo umiriti njegov rep in vse, kar sem lahko storila, je bilo obupno prigovarjanje: "Batesta, bučko, daj no mir!" Njegovih kopit sem se najbolj bala in jih nisem rada čistila, saj me je enkrat, ko se je ustrašil tovornjakovega hrupa, pohodil.

Na tečaju sem se najprej naučila hoditi. Prav ste slišali - hoditi! Morala sem se privaditi Batestovemu ritmu in se naučiti, da sem ga sama vodila. Imela sem kar nekaj težav, saj je znal biti zelo trmast. Čeprav bi se moral odzvati na tleskanje in prigovarjanje z nogami, kar je dobro poznal - za posamezen ukaz je poznal različne tipe tleskanja in prijema z nogami - je včasih raje ubogal svojo voljo, morda zato, ker je vedel, da na njegovem hrbtu sedi začetnica in ne Mojca, ki je je bil vajen in jo je ubogal že na dotik s peto. Ko sem se naučila obvladovati Batesto, me je Mojca snela z lonže, da nisem več krožila v krogu, ampak sem lahko jezdila po celi dolžini in širini pravokotne ograde. Potem, ko sem tudi bolje obvladovala svoje roke in nisem več vlekla Bateste, sem se začela učiti lahki kes. To je korak, pri katerem se moraš vsakič, ko konj menja nogo, dvigniti nad njegov viher - najvišjo točko konja na koncu vratu - in spet sestiti, se nato spet dvigniti in spet sestiti. Tu so mi oteževala delo kolena, s katerimi se nisem dovolj močno držala v sedlu, in pete, ki so mi silile navzgor.

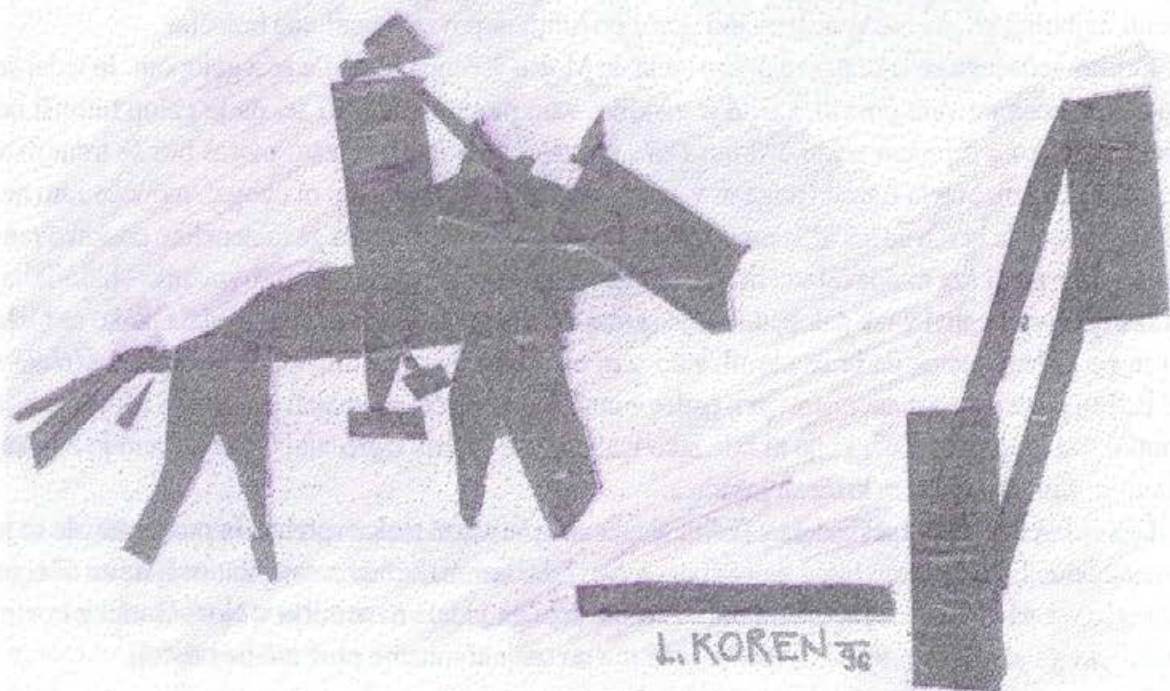
"Pete dol, pete dol!" je ponavljala Mojca. Kmalu sva z združenimi močmi nekako premagali te težavice, vendar je - kakor hitro so te odšle, nastopila naslednja: visela sem v sedlu. In čeprav sem se sama kar dobro počutila, sem morala na Mojčino željo v sedlu početi vse mogoče kolobocije: nagniti se bolj na levo ali desno stran, z levo ali desno ramo naprej in podobno. Tudi to je s časom prešlo, tako da sem lahko v svojem tečaju nadaljevala za stopnjo višje: sedeči kes. Tu so se začele prave težave. Pri sedečem kesu se moraš držati trdno v sedlu, zviti križ v nekakšen C, je povedala Mojca, in držati ritem s konjem. Meni pa to kljub trudu ni in ni uspelo, da se mi je ubogi Batesta smilil. Saj sem vedela, da se ne počuti najbolje, ko mu nekaj neprestano skače po hrbtu in povzroča neljube bolečine.

Čeprav sedečega kesa še nisem dobro ujela, je Mojca vseeno poskusila še z galopom. In tedaj se je zgodilo. Preden pa vam povem, kaj se je zgodilo, vam moram povedati še, da je galop hitrejši od sedečega kesa, konj pri njem nekako "kljusa", če se lahko tako izrazim; zato moraš biti še trdnejši v sedlu. Torej: ko sem hotela Batesta pognati v galop, me kljub prigovarjanju ni ubogal, mogoče zato ne, ker ni imel volje, da bi mu na hrbtu še naprej poskakovalo, ko vendar ve, da ga to nenehno poskakovanje boli. Zato se na ukaze ni odzval vse dotlej, dokler se ni oglasil njegov smrtni sovražnik - bič. Tedaj se je razsrdil in se pognal v tak galop, da me je skoraj vrgel s sedla. Z grozo sem gledala, kako se bliža ograji in ne kaže namena, da bi se obrnil, zato sem ob sunku, ki je sledil, spustila vajeti in sfrčala s sedla. Bučko pa se je - ne meneč se za moj padec - umiril in se pričel sprehajati po ogradi. Mojca je bila v trenutku "na kraju nesreče", ki pa ni bila tako huda, kot je morda izgledala. Odnese sem jo z nekaj praskami in zavestjo, da sem krščena jahačica.

Čez nekaj časa sem spet sedela v sedlu, vendar sem se samo malce sprehajala po ogradi, da se je Batesta ohladil. Tako se je zaključil moj jahalni tečaj. Zdaj sem najbrž že z vaje, kar se Batesta tiče, pa tudi ni več tam, kjer je bil, saj so ga prodali. Zadnjič sem ga videla na turnirju v Novi Gorici z novim lastnikom, ki ga je klical za Ahib - z imenom, ki mu po mojem mnenju prav nič ne pristoji.

Dva asa

Tudi mene je pot zanesla h konjem in še vedno hodim po njej. Začelo pa se je nekako takole. Še preden sem se rodila, mi je očka kupil čelado, ki me še sedaj varuje pred morebitnimi padci. Za šesti rojstni dan sem od babice nepričakovano dobila ponija. Z njim so mi leta hitro tekla in čas je že bil, da ga nadomesti malo večji konj. Kot nalašč se je očku ponudila priložnost, da mi kupi mlado kobilico, ki me je čez kakšno leto že poslušno nosila čez ovire. Tudi z njo so leta hitro tekla, še prehitro, in sama sem si zelo močno želela nekaj posebnega, velikega, in glej.... Bil je še mlad žrebiček, a njegove oči so razkrivale njegovo moč in nepremagljivost. In kaj bi jaz, če ne bi bilo rojstnih dnevo. Tako sem za deseti rojstni dan dobila njega, Asa. Vendar pa je očka že koval načrt za prihodnost. Saj mi ni kupil Asa zato, da bi mi le krajšal čas. Na neki tekmi me je seznanil z mednarodnim trenerjem, ki mi je bil pripravljen ponuditi svojega, že izučenega konja, jaz pa bi se na njem učila zahtevnejše dresurne elemente, saj jih moja kobilica ni znala. Ponudbo sem takoj sprejela in pred tremi leti sem začela z aktivnim jahanjem. Vendar tu je še nekdo, ki ga ne smemo pozabiti. As. Dovolj je že odrasel, da smo ga lahko dali v šolo k mojemu trenerju, tako da sva se oba učila izvajati dresurne elemente. Jaz sem hitro napredovala in naredila izpit in dobila licenco za kategorijo A. S trenerjevim konjem sem tekmovala dobri dve leti. V teh dveh letih pa sem si pridobila tudi licenco za kategorijo L. Tudi Asu ni šlo slabo,



saj sva se letos že udeležila tekmovanj in dosegala dobre rezultate. Z njim sem si pridobila licenco M, ki pa je za naju že zelo zahtevna. Ves svoj prosti čas posvetim Asu in za vse počitnice se odpeljeva v Lipico. Zavedati pa se je treba, da tekmovalni konj zahteva vsakodnevno nego in trening. Saj konja (niti nobene druge živali) ne moremo spremeniti v predmet, ki ga po mili volji vržemo v kot in čakamo, da ga prekrije rja.

xy



Konj je moja sreča

Včasih je dobro, da se človek spusti na nižji nivo od vrhunškega, profesionalnega. In zato sem se jaz spustila na raven kmečkega, delovnega konja. Kajti ljudje se navežejo tudi na konja, ki jim ne prinaša zgolj denarja, ampak tudi srečo.

Konj je za kmeta sreča. Z njim se preživlja in tolče skozi življenje, saj pomagata drug drugemu. Je drag človekov življenjski sopotnik.



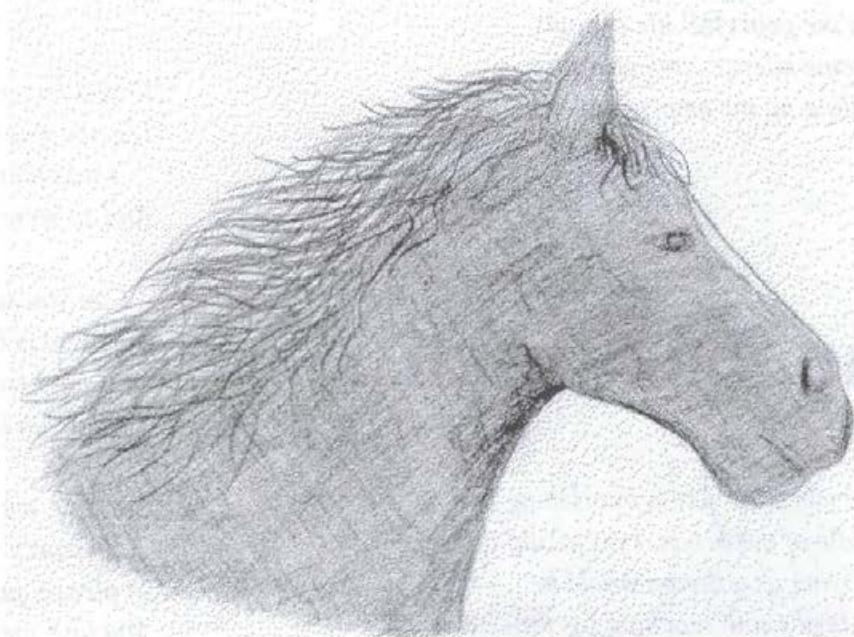
Bilo je pred nekaj leti. Nekaj potolče po vratih. Belo je videti. Odprem vrata. Puf. Ringotov gobec tik mojega nosu. Zarezgeče in prosi kruha. Prinesem mu ga in ga malo potrepljam. Potem mu še spletem kitko iz dela grive in prav lepo jo je videti, ko se mu spušča po vitkem, slokem, belem vratu. Do mene pride možak, po imenu Ivan Bizjak, in prešine me misel, da bi ga malo povprašala o njegovem stalnem življenju ob konju. Takoj prikima in mi začne pripovedovati svoje spomine.

Še se spomni, ko je bosonog in v krilu (takrat so imeli majhni fantki še krilca) tekal ob konju in ga vodil, ko je s svojo materjo in mojo babico prevažal sadje po Idriji, na vozu z lesenimi kolesi. Tega je že čez 50 let. Preživljali so se s prodajo in konj jim je pomenil kruh. Pozimi so vozili drva, ko pa je prišla spet pomlad, spet v Idrijo. Vzgojili so veliko konjev. Tu sta bila MIŠO in LUCA, PUBI, RENF, MORO in dva RINGOTA. Slednjega pomnim še jaz. Ivan je pred revolucijo s traktorji veljal za edinega orača in prevoznika v naši vasi. Moram poudariti, da je zelo dolgo vozil umrle na budanjsko pokopališče; danes pa se jih vozi z avtomobilom. Škoda, posel je propadel.

Konji so mu bili zelo uslužni in še sedaj ne more pozabiti smrti zadnjega, kajti v hramu mu še visi celotna vprega, za spomin, le sedla ni nikoli imel. Konja je jahal, kot to počnejo Indijanci. Če se je konju odtrgala podkev, celo v gozdu, je to sam popravil, kajti že pri sedmih letih je znal podkovati

konja in vso opremo je imel zmeraj s sabo (kot imamo sedaj mi v naših avtih prvo pomoč). Včasih si je konj tako zgulil noge, da mu je kri pritekla skozi kopito in je pristal za nekaj mesecev v štali, dokler se ni stanje izboljšalo. Pomemben pa je Ivan tudi zato, ker je bil prvi, ki je v vipavsko klet vozil grozdje ob trgatvi. Tega se še posebno rad spominja.

Če se dotakneš odnosa med konjem in tem človekom, ti stopi solza v oči, ko vidiš to spoštovanje, ljubezen, "iskro" do konjev sploh. Če je ponoči tolkel v štali, je Ivan vstal in mu dal jesti ali piti. Bili so izredno izurjeni, ti njegovi konji, kajti ubogali so tudi mene, vsaj zadnji, in sem jih lahko vodila. Potrebno pa je bilo veliko discipline in samoodpovedovanja. Poznal se je vpliv ženske, prejšnje gospodarice zadnjega konja, kajti mene in moje mame ni smel niti slišati, saj je skoraj znorel, če nisi prišel k njemu. Šel je kar za tabo. Tudi v hišo je hotel in je potegnill cel voz za sabo, da ga je moral Ivan miriti.



Obema se je poznala neka čustvena vez, navezanost, pripadnost drugega k drugemu, tako, da je to prešlo tudi name in sem tega konja, Ringota, zelo vzljubila. Tudi jaz sem se šla včasih Indijanko in sem ga jezdila z velikim užitkom in ga vodila proti njivi. Bil mi je takorekoč dobri prijatelj. Midva sva se razumela. Samo pogledala sva se iz oči v oči in sva takoj vedela, pri čem sva. Pretresla pa me je vest o bolezni in da je treba konja ubiti; da ne bo trpel še naprej, ker nima pomena. Ni mu bilo pomoči. Ko to Ivan pripoveduje, mu stopi solza v oči in globoko zavzdihne. Saj mu je bil konj kot sin, ki ga ni nikoli imel, neka odgovornost, katero čuti vsak človek. Omožen ni in nima prav veliko svojcev. Zato mu konji toliko pomenijo, saj so bili pri njihovi hiši več kot 99 let. In še sedaj bi bili, če bi si ga Ivan mogel privoščiti, pa si ga ne more, in čeprav je izgubil vse, še vedno živi s konji. V mislih. To mu oči izžarevajo, če pri nas na televiziji vidi konja. Takoj ti pove, kakšne pasme je in kdo od poznanih ga je imel ali če ga je imel celo sam.

Kljub osamljenosti bodo konji še vedno njegovo veselje in njegova največja sreča.

SREČA!

The Brim of an Urn

*Standing at the brim of an urn,
Watching in the shoreless world,
Swarming herds of mourning bodies,
Trying to restore the peace.
Out of chaos and disorder,
No momentum can emerge.*

*But here, inside the bitter urn,
Time has stopped, waiting for man,
Here no useless rush and hurry
Rules the peaceful life of souls.
Just some silence, concentration,
Filling up the empty space.*

Rok Breclj

Song for Myself

*I would like to die when the day is interlacing with the night,
In the middle of the ocean, eyes facing the sky,
Dying as a dream would be,
And as a bird's soul reaching for the clouds.*

*In my last instances I would like to hear
No gentle request, no bitter tear,
But beautiful mighty waves on the surface of the sea,
When one with the sky and the sea I'll be, all alone.*

*Die, when gloomy light is disappearing
In the green waves of its golden net,
Be like the sun, lying to repose,
Like a bursting sunbeam vanishing in the night.*

*Die, and die young, even before
Our noble time destroys us
And our lives: "I am yours", it is boasting,
But I know it is betraying me.*

Gregor Bizjak

You and Me

*Do you remember?
The sky was blue,
I was there,
And so were you.*

*Can you see?
The night is black,
I am here,
I want you back.*

*Because, my dear,
I love only you.
So please, just say
You love me, too.*

Mirko Ferfolja

Diskriminacija

Kaj pravzaprav je diskriminacija?

Če pogledamo v Slovar tujk pa tudi v druge slovarje, lahko sklepamo, da gre pri tem za neko razločevanje med dvema pojmom. Ta dva pojma ločujemo po kakovosti tako, da eno opredelimo kot dobro, drugo pa kot slabo. Tako ločevanje je posledica načina našega razmišljanja, ki temelji na nasprotjih. Opazimo ga že pri starih Grkih, ki pravijo, da nasprotja živijo v nas, da biva v nas hkrati mlado in staro, živo in mrtvo, zdravo in bolno, žalostno in veselo...

Vzemimo za primer naši roki. Tako leva kot tudi desna sta nam za življenje potrebni, čeprav pravimo, da je ena prava, druga pa neprava, in postavljamo mednju neko razmejitveno črto, ki naj bi ju ločevala po kakovosti.



V Hamurabijevem času je bilo razločevanje med eno in drugo roko najbolj poudarjeno in razvidno pri kaznovanju, kjer so za manjši prekršek odsekali levico, za večji prekršek pa desnico in je bila ta kazen hujša od prve. Staro Hamurabijevo pravo je torej delalo diskriminacijo med rokama, kot da bi ne bili obe roki za življenje enako pomembni.

Ločujemo tudi dobro od slabega, za kar uporabljamo različna merila. Tako že v Svetem pismu srečamo boj med dobrimi in slabimi angeli; ene Bog poviša, druge pa pogubi. Podobno se zgodi z zlobnimi bogovi v grški mitologiji, umakniti se morajo v podzemlje, z Zeusom pa ostanejo samo dobri.

Pa tudi ljudje se ne moremo izogniti ločevanju med samimi sabo in delimo svoje sosede na prijazne in hudobne.

Tako že pretirano razločevanje imenujemo "manihejstvo". Ta nauk pravi, da so stvari lahko samo dobre ali samo slabe. Vmesnih nians oziroma sivin ni, je samo črno ali belo.

In potem začnejo tisti črni bele postrani gledati in jih postavljati na tehtnico. Merilo si postavijo po lastnem načinu razmišljanja, tako da skodelica z različnimi od njih vedno visi nižje. Svojega bližnjega ne sprejemajo, marveč ga izključujejo, ker je pač drugačen, ima mogoče drugačno barvo las, oči, kože, itd. Svet je seveda neskončno bogat z razlikami in nam nudi neskončno možnosti za nepravilno razlikovanje in izključevanje.

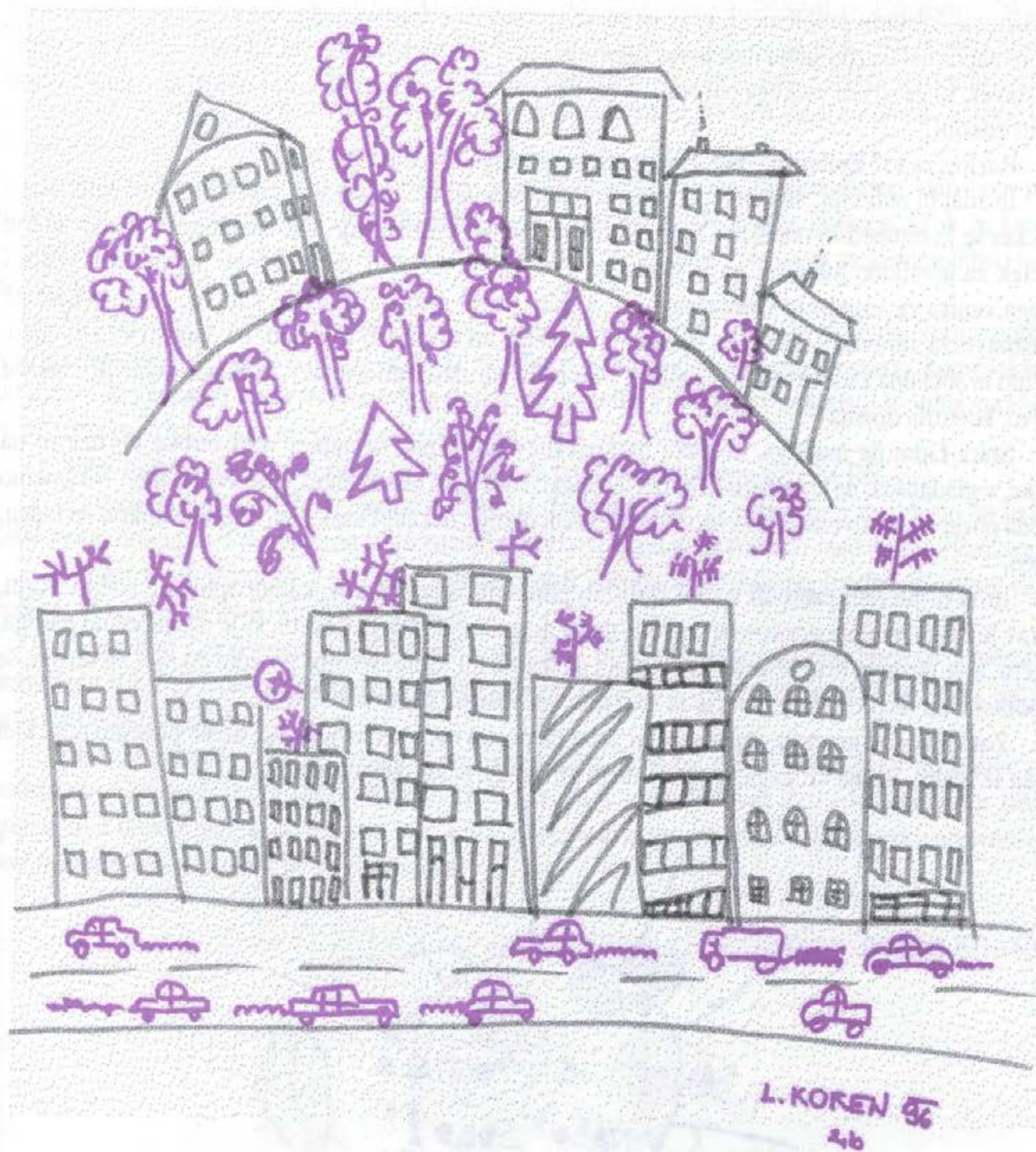
Včasih pride zaradi takšnih ali drugačnih diskriminacij tudi do vojn, kjer se nasprotnika potisne v absolutno drugačnost, se pravi v smrt.

Na koncu ugotovimo, da je tak način razlikovanja popolnoma odveč, ker bomo ljudje vedno med sabo različni, kar dela svet bogat in pester. O tem so že nekdanji učitelji človeštva, npr. Sokrat, Mohamed, Jezus, katerih nauk sloni na temelju bratstva med rasami, verami, kulturami, civilizacijami. Samo tako mišljenje nas lahko obvaruje pred diskriminacijami in pripelje do spoštovanja do različnega od nas, spoznavanja njegovega mišljenja in iskanja podobnosti. Konec koncev smo le vsi ljudje, in to je značilnost, ki naj bi nas vezala, ne pa ločevala.

Veronika BELLOT



Stara Gora



Kot ste morda že imeli priložnost zvedeti na televiziji, skušajo oddelek za invalidno mladino v Stari Gori preseliti v Šempeter. "Pa kaj", bodo rekli mnogi, "saj je čisto vseeno, kje so tisti "uhogi otroci", v Stari Gori ali Šempetru."

Odkrito povedano - žal mi je, da tako mislite. In upam, da vas ne bo preveč vznemirilo, če vam povem, da se motite. Mar res mislite, da so tam samo otroci, ki so težje prizadeti, z motnjami gibanja; za katere je vseeno, kam se jih postavi?

V Staro Goro zahajam praktično že vse življenje, zato sem imela priložnost videti otroke, ki jih mnogi tako pomilujejo, in zavedla sem se, da imam peklensko srečo. Spominjam se, da je, ko sem bila še majhna, ob mojem obisku dr. Veličkova rada rekla: "Sonce je posijalo v našo sobo!" Takrat še nisem razumela, zakaj se tako veseli vsakega mojega napredka v šoli, pa naj je zgledal v mojih očeh še tako neznamen. Zdaj vem, da brez toplote in skrbnosti, ki sem je bila - in sem je še vedno - deležna vsa ta leta, ne bi nikdar postala to, kar sem; pa čeprav ne sega dlje od povprečne dijakinje srednje šole z vsakdanjimi šolskimi problemčki, ki se ne more sprijazniti z dejstvom, da se ji roke ob vsakem malo večjem naporu ali razburjenju nesramno zatresejo. Zdaj je edino, kar me "razlikuje" od ostalih vrstnikov, stavek, ki ga slišim vsakega pol leta: "Tvoj EEG je v redu, vendar še ni normalen, zato ti ne morem ukiniti zdravil."

Razlog za to? Epilepsija 345. Hemiparesis spast lat. sin. discreta 343.l.

In zdaj bi radi kraj, na katerega sem - če verjamete ali ne - navezana, preselili v Šempeter samo zato, ker se je ortopedski oddelek s Stare Gore preselil tja; vzdrževanje tako majhnega oddelka, kot je oddelek za invalidno mladino, pa je predrago. Dr. Veličkova pravi, da je rešitev problema v gradnji novega centra za vzgojo in izobraževanje - v stari stavbi ortopedije. Toda kdo ve, zakaj nočeta ne ministrstvo za zdravstvo, katerega domena je oddelek za invalidno mladino, ne Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve videti te rešitve. Mar ne bi združitev ministrstev, ki bi bila posledica takšne rešitve, koristila obema?

Stara Gora pa medtem, ko čaka na razrešitev problema, še naprej vodi otroke v vrtce in na obiske, v gledališča, na kotalkališča in izlete. Sedaj, ko je tako blizu centra, je to veliko lažje. Ne smemo seveda pozabiti, da so otroci pogosto v družinskem okolju, nekateri vsak dan, drugi nekajkrat na teden, mesec.

In vi bi jih radi preselili v svet izpušnih plinov in nebotičnikov, kamor sploh ne sodijo. Kajti, čeprav je težko, morate upoštevati dejstvo, da so drugačni, da živijo v svetu, ki je drugačen od našega, v svetu, kjer poznajo drugačne težave, kot jih poznamo mi. Čeprav vojne grozote do njih ne sežejo, še ne pomeni, da ne poznajo težav - le-te so trajno vplivale na njihovo življenje.

Zato nikar ne govorite, da je vseeno, kam jih postavite. Vseeno je bolje, da jih pustimo tam, kjer so, da se bodo - če ne drugega, izognili vsem grozotam betonskega sveta.



Skupne pravice, skupna odgovornost

Lani je 1. december, svetovni dan aidsa oz. boja proti njemu, potekal pod geslom: "Skupne pravice, skupna odgovornost." Glavna misel, ki nas je vodila, je bila ta, da ima vsak posameznik ne glede na spol, raso, družbeni status ali versko prepričanje pravico, da se nauči, kako se izogniti okužbi z virusom HIV, pravico do zdravstvene nege, če zboli za aidsom, in pravico, da se z njim ravna spoštljivo in brez diskriminacije.

Srednja šola Veno Pilon je v sredo, 6. decembra, organizirala za gimnazijce "dan boja proti aidsu". Za prireditev smo izbrali 6. december, da bi poudarili, da je aids bolezen, ki je že krepko vsidrana tudi med nami in ni le problem ZDA ali drugih večjih držav. Predvsem pa je pomembno to, da se moramo te bolezni zavedati neprestano, ne le 1. decembra.

Učenci smo si skupaj s profesorji ogledali film "Philadelphia", ki je do sedaj najgloblje posegel v to problematiko. Izpostavil je tudi dejanske probleme, ki so z aidsom v tesni povezavi: homoseksualnost ter diskriminacija in zavračajoč odnos družbe do obolelih. Film pa je v nas pustil številna vprašanja in pomisleke, o katerih se je vredno pogovoriti in o njih razmisliti.

Sledilo je predavanje dr. Edite Leskovšek z Inštituta za varovanje zdravja RS.

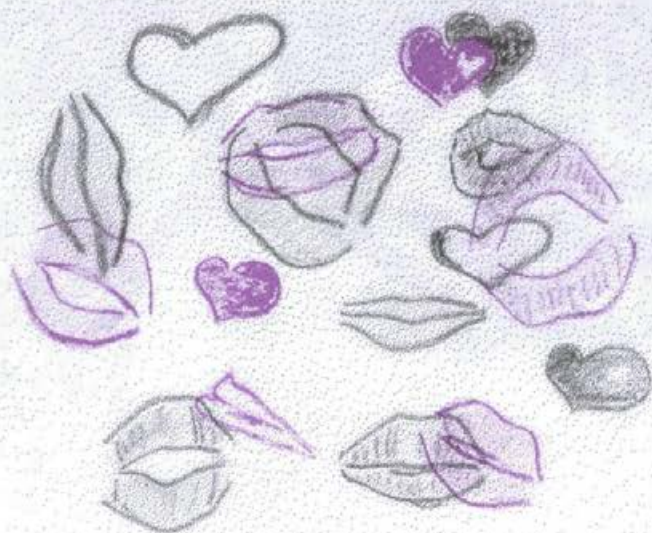
Z veseljem smo prisluhnili njenim osebnim doživetjem o stikih z obolelimi za aidsom, ki so bila čisto nekaj drugega od suhoparnih in že znanih podatkov, ki jih je marsikdo med nami pričakoval.

Mnogi so ob zgodbah o prizadetih ljudeh čutili sočutje in zgubili predsodke ali odpor do te bolezni in predvsem ljudi, ki jih je prizadela.

V ogromni kinodvorani z več kot 300 poslušalci kljub ozvočenju ni bilo mogoče vzpostaviti tesnejšega stika ali izpeljati pogovora, vendar mislim, da smo od tistega dne odnesli le nekaj več kot samo simbolne rdeče pentlje na prsih.

Zahvala gre tudi Zdravstvenemu domu Ajdovščina, ki je bil glavni organizator prireditve pod vodstvom višje medicinske sestre Milojke Trošt. RK pa je prispeval tudi zloženske o aidsu in zaščiti pred njim. Likovne izdelke na to temo, ki so bili v avli kinodvorane, so prispevali ajdovski osnovnošolci pod mentorstvom učiteljev likovnega pouka.

Andreja KRAŠNA



Happy End

*Nekoč v davnih časih
v daljavi tam nekje
živel je dekletce,
ji Maja b'lo je ime.*

*Sanjala je o princu,
ki belga konja ima,
skupaj po gozdu gresta,
prek pa sta oba.*

*Iz sanj ropot jo zmoti,
v daljavi tam nekje,
Nekdo ji gre nasproti
in stopi iz temé.*



*Maja ne verjame,
kar pravijo oči,
to, kar sama vidi,
kot sanje se ji zdi.*

*On strastno jo poljubi,
domov odpelje jo,
do konca svojih dni
živel je le še z njo!*

M.

*Kje so ustne, ki si jih tako želim,
kje so reke, po katerih hrepenim,
kje srce, ki zame bi gorelo,
počelo to, kar samo ne bi smelo?*

*Po dotikih tvojih hrepenim
in pogleda tvoj'ga si želim,
ko bi le mene ti ljubila
in vse druge v trenutku pozabila.*

*Življenje moje smisel imelo bi
in jaz s tabo, v rožicah bi živel,
imel bi vse, kar srce si želi.*

*Do tedaj le misli bom imel
in čakal bom, da odidejo vsi,
ko greš ti, za tabo bom strmel.*

M.



Križanka

VODORAVNO: 01. očetova sestra, stičeva žena, teta, botra (narečno), 07. okrajšava za Thursday, 09. jedro zemeljske oble, 18. smer plovbe, kurz, 19. zavestna (miselna) zbranost, 22. stanje brez vojne, ruska vesoljska postaja, 23. relikv, preostanek iz prejšnjih časov, 25. glavната kapusnica z vrta, 26. vrsta apnenca, ikravec, zrast jajčastih kristalov, 28. konec polotoka, 29. delo natararjev, 31. naglas, poudarek, 32. kdor se prikrito posmehuje in govori nasprotno od tega, kar misli, 33. majhen požirek, 34. Los Angeles, 36. glavno mesto Kazahstana, 37. pogorje v zahodnih Karpatih, Češka, Poljska, 40. ime satirika Buchwalda = ime ameriškega satirika Buchwalda, 42. ameriška igralka (Patricija), 43. brezzvočje, 46. pomožni duhovnik pri maši, 48. dolgorepa tropska papiga, 53. suh in topel veter, ki nastane zaradi spuščanja zraka, znan v alpskih deželah, 54. avstralska vojna mornarica, gospodarica morja, žena Agira v nordijski mitologiji, pokrajina v Pakistanu, 55. pripadnik davnega ilirskega plemena, 56. angleška skupina popularne glasbe, nastala v Liverpoolu, znana po svoji antologiji, 58. oskrba, 59. dalmatinsko žensko ime, Ana, 60. velika njorka, ki je izumrla, 63. telesna tekočina, 64. Ludolfovo število, 65. Petkovšek Alojz, 66. Oton Trdina, 67. obrok plačila, 68. japonska denarna enota, 71. kraj, ki leži na kraškem robu, znan po plezališčih, 73. slovenski koreograf Otrin (ime), 75. hruškasta steklenička za zdravila, serume, 77. kdor je nor, 80. hrošč na trti, 83. Sebastjan Bach, 85. z glodanjem podira drevesca, je lubje, gradi jezove na potokih in rekah, 86. zapisi zgodovinskih dogodkov po letih, letopisi, 87. vzdržen človek, 88. dolg in odprt indijski čoln, lahek športni čoln, 90. stara mama v meščanskem okolju, 91. predlog, 92. žlahtna kapljica, 94. reka v Keniji, jezero v Etiopiji, 95. prvotni prebivalec Apeninskega polotoka, 96. barva kože, 97. tisoč kilogramov, 99. avtomobilska oznaka Pule, 101. oči brez vokala, 102. zaključen, končen, 104. ena od človekovih zaznav, 105. angleški fizik, nobelovec 1922 (Francis Willim 1877 - 1945), 108. Iztok Stanovnik, 109. kraj pri Zadru, rimska, 110. Smučarski klub, 112. vzdevek ameriškega predsednika Eisenhowerja, 113. kdor stika, 115. cent, 117. pričetek dirke, 119. Odisejeva domovina, 120. zadnji vokal, 121. morska ožina med Sahalinom in azijsko celinom, Rusijo, 126. severnoameriški jelen, 128. mesto in pristanišče na japonskem otoku Honšu, 129. pijača, ki poživi, 130. odsotnost s kraja zločina

NAVPIČNO: 01. konflikt, 02. največje pristanišče v Jadranskem morju, nekoč je bil naš, 03. ameriški otok v Aleutih, 04. naš pisatelj Tavčar, 05. nemška pevka, 06. gorljiv plin brez barve in vonja, etin, 07. Tone Pavček, 08. medmet poveljevanja ali veselja 09. naselje na gričih, levo od reke Vipave, 10. isto kot 59. vodoravno, 11. grška črka, 12. izokrat, atiški govornik, učitelj retorike (438 - 338 pr.n.št.), 13. mesto v ameriški zvezni državi Kalifornija, belopolti branilec ameriškega košarkaškega moštva Utah Jazz, 14. avtomobilska oznaka Francije, 15. muslimansko moško ime, 16. ameriški režiser (Martin 1920 - 1991), 17. zemeljska mera, 20. zemeljsko nadglavišče, 21. sredozemska rastlina, ki daje olje, 24. glavna verska postavka budizma, brahmanizma in džainizma, 27. predlog, 30. avstralski medvedek 31. skakalka v višino, 34. lastnik podjetja, ki se ukvarja s prevozi po morju in rekah, 35. roman francoskega pisatelja Clauda Aneta, 36. pozitivna elektroda, 38. Robert Novak, 39. originalno ime za Irsko, 41. zidna obloga, 44. zvižanež v Shakespearjevi tragediji Othello, 45. boginja sreče in usode pri Arabcih, Feničanska boginja ljubezni, papežev letni dohodek, 47. Krapež Otmar, 49. Radovljiški boks klub, 50. zrakoplovec, 51. razum, um, pamet, francosko, 52. arabski žrebec, 57. Lojze Podpečnik, 58. naša triatlonka Nataša _____ Kosmač, 61. najmogočnejši vrh Šar planine v BiH, 62. hrvaški skladatelj (Milko), 63. sladko pecivo iz krhkega testa in stanjce, 68. zavod za ambulantno zdravljenje ali prvo zdravstveno pomoč, 70. mongolsko mesto, 72. moška oseba, ki dela v pravosodju, 74. lopatica pri

plugu za čiščenje, 76. italijanska reka, Pad, 78. romunski pisatelj, mitolog in filozof (Mircea), 79. mehka, srebrnkasta bela kovina, kositer, 81. antično ime za Nin, 82. luknjač, 83. veslač, ki je v čolnu sam, 84. visoka planota v vzhodni Braziliji, 89. izvorni krak reke Menam na Tajskem, pritok reke Yomce, 93. snežni zamet, ki visi čez vrh gore, čez streho, 98. ovoj, omot, 100. temeljna zakonska listina države, 103. Litij, 106. kraj v Gvatemali, 107. redka pragozdna žirafa, ki še živi v Kongu, 110. rima verzov, kontakt, 111. pokrivalo, 114. človeške zaznave, 116. Otilija Trbanc, 117. moderni ples, 118. enaka soglasnika, 119. žensko ime, Vrba, 122. grška črka, 123. enaka soglasnika, 124. Lajovic Anton, 125. Izidor Valentinčič, 127. Igor Bajc

sestavil: Ožbej Marc

1	2	3	4	5	6	●	7	8	●	●	9	10	11	12	13	14	15	16	17
18						●	19		20	21						●	22		
23						24	●	25					●	26		27			●
28		●	29				30					●	31						●
●	●	●	●	●	31						●	●	33			●	●	●	●
34	35	●	●	36							●	●	37			38	39	●	●
40		41	●	42				●	●	●	●	●	43					44	45
46			47			●	48	49	50	51	52	●	53			●	54		
55					●	●	●	56				57				●	58		
59			●	60	61	62	●	63			●	64		●	65		●	66	
67			68	●	69		70	●	71		72	●	●	●	73		74	●	●
●	●	75		76				●	77			78	79	●	80			81	82
83	84	●	85					●	86					●	87				
88		89		●	90			●	91	●	92			93	●	94			
95				●	96			●	97	98			●	99	100	●	●	101	
102				103			●	●	●	104			●	105		106	107		●
108		●	109			●	110	111	●	112			●	113					114
115		116		●	●	117			118		●	●	119					●	120
121				122	123							124	125		●	126			127
●	●	●	●	128					●	129				●	130				

NAGRADE: 1. nagrada 2.000,00 SIT
2. nagrada 1.500,00 SIT
3. nagrada 1.000,00 SIT

Čuden umor

V hiši gospoda Mlakarja se je zgodil zločin. Nekdo je sredi noči umoril lastnika. Policija je prosila za pomoč detektiva Zelenega.

Zeleni in njegov pomočnik Modri sta pregledovala sledove, ki jih je za seboj pustil zločinec. Bila sta v delovni sobi gospoda Mlakarja, pozno popoldne tisti dan. Truplo je še zmeraj ležalo počez čez sobo. Mlakarja so očitno ustrelili v čelo, a pištole ni bilo nikjer. Sef v kotu sobe je bil na stežaj odprt. Navidez ni manjkalo nič.

Modri je že poiskal nekaj podatkov o umorjencu.

“Kdo je bil?” ga je vprašal Zeleni. Modri je telegrafsko poročal:

“50 let. Poslovnež. V lasti je imel mednarodno podjetje, ki uvaža traktorске motorje in druge dele, sestavi traktorje in potem spet proda. Zelo veliko zaslužil. Poleg podjetja ima še dve hiši, eno je že dal svojemu sinu.”

“Kakšen pa je bil po značaju?”

“Pravijo, da je bil brezobziren trgovec. Pohlepnež. Nepopustljiv pogajalec. Toda zelo dober poslovnež.”

“Njegova družina?”

“Žena umrla pred desetimi leti. Starši tudi mrtvi. Sin edinec, 27 let, ni še poročen. Vse kaže, da bo očetov naslednik v firmi.”

“Kdo živi v tej hiši?”

“Poleg njegovega sina še gospodinska pomočnica, gospodična Hočevanjeva, in njegov tajnik in občasni sodelavec, gospod Novak.”

“Kaj veš o njih?”

“Gospodična Hočevanjeva je stara okrog 22 let, še študira. Filozofija. Ni našla stanovanja, zato je nekako prišla živeti v to hišo kot gospodinska pomočnica.”

“Tukaj je nekaj čudnega,” je zamrmral Zeleni.

“Novak, star 28 let, je prevajalec, predvsem iz ruščine. Iz Rusije je Mlakar največ uvažal, zato je logično, da si je najel takega tajnika.”

“Kaj pa je delal ta tajnik?”

“Prevajal. Polek tega pa je tudi urejal prevoz delov in izdelkov.”

“Kam pa je izvažal?”

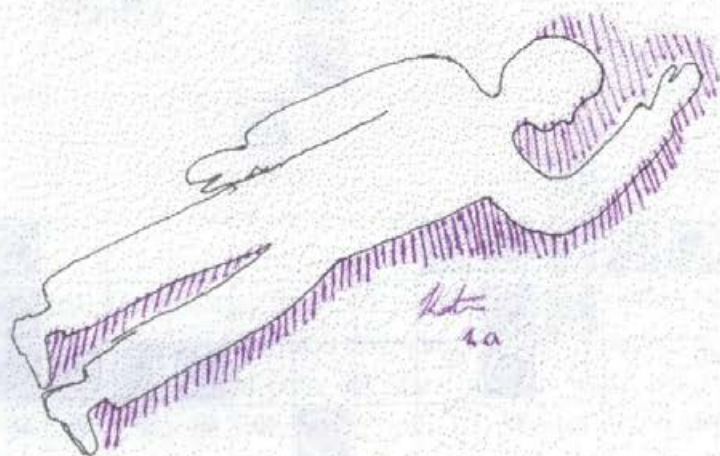
“Na zahod, predvsem v Francijo. No, tudi Novak je imel stanovanjske probleme in je našel delo in bivališče pri Mlakarju. Tu je že kakih osem let.”

“Kdo je našel truplo?”

“Hočevanjeva. Sredi noči. Ona je poklicala policijo.”

“Zanimivo! - Ima hiša alarmne naprave?” Modri je polistal po beležnici:

“Da. Zelo dobre, niti banka se jih ne bi sramovala. Povezani so s policijsko postajo. Vedeli bi



tudi, če bi se tujec samo približal hiši, kaj šele, da bi vlomil vanjo. Včeraj ponoči zagotovo ni nihče vlomil. Morilec je moral biti nekdo, ki je imel ključ in je poznal številčno šifro na vhodnih vratih.”

“Si preveril...”

“Da. Bili so samo štirje ključi: enega je imel Mlakar, drugega njegov sin, tretjega Hočevarjeva, četrtega Novak.”

“Preprosto. Krog naših osumljencev se je hitro skrčil. Nekdo od treh prebivalcev te hiše je morilec.”

Vstal je in se odpravil proti sefu:

“Si ugotovil, kaj manjka?”

“Navidez nič. Vse je noter: denar, vrednostni papirji, celo oporoke se ni nihče dotaknil.”

“Si slučajno kaj polistal po oporoki?”

“Da, čeprav tega ne bi smel. Vse do zadnjega gre njegovemu sinu.”

Spet je spremenil temo:

“So že našli pištolo?”

“Ne. Iginila je neznano kam.”

“Tudi to se mi ne zdi logično,” je zamrmral. “Poglejva, kaj lahko še najdeva tukaj.”

Sprehodil se je po sobi.

“Gospodična Hočevarjeva ni ravno najvestnejša gospodinja.”

“Kaj si našel?”

“Poglej, pepel.”

“Kaj naj to pomeni? Od kod se je vzel?” Pepel se je v majhnih kupčkih vlekel do pisalne mize. Zeleni se je sklonil in pogledal pod mizo. Ker ni videl ničesar, je potegnil preprogo izpod mize. Preproga je bila ožgana, našel pa je tudi nekaj koščkov, ki so bili podobni ožganemu papirju.

“Nekdo je skušal uničiti neke papirje.”

“Nekaj drobcev je še ostalo, pogledjmo, kaj piše.” V roki je vrtel dva majhna koščka papirja. “Na tem so neke čudne čačke. Ne znam prebrati. To izgleda kot polovca črke T. Na drugem pa sta dve črki, najbrž začetek podpisa: H in O!”

“Hočevar! Gospodinjina pomočnica da bi bila morilka? Zakaj?”

“Popolnoma mogoče. Ona je čedna, Mlakar je bil bogat. Ne bi mogel izključiti možnosti, da je šlo za ljubezensko razmerje.”

“Naj jo predamo policiji?”

“Ne še. Še prej poizvej običajne rutinske stvari kot naprimer, kje so bili osumljenci v času umora in kje je bil tisti večer Mlakar, a pazi na Hočevarjevo.”

Čez nekaj ur se je Modri vrnil k Zelenemu in mu pričel poročati, kje so bili osumljenci:

“Hočevarjeva pravi, da je študirala v svoji sobi - še zdaj ima knjige razmetane povsod, a po moje je lahko to storila tudi kasneje - ko je slišala strel. Prišla je sem, videla truplo in klicala policijo. Zelo slab alibi. Morda se ti bo zdelo še nekaj čudno: na nočni omarici je imela nek opravljen časopis, ki je bil odprt na strani, kjer je bila opisana zgodba o neki slavni igralki, ki je ubila svojega moža. Ni to nekam čudno branje za študentko filozofije?”

“Nadaljuj!”

“Mlakarjev sin. Pravi, da je bil s prijatelji zunaj. Preveril sem, a nihče od njegovih prijateljev ga ni videl. Torej mislim, da nima alibija. Hočevarjeva pravi, da se je vrnil komaj pol ure potem, ko je slišala strel. Še nekaj se mi zdi čudno: ima svojo hišo, a jo ima raje v najemu in živi pri očetu. Čudno naključje? Poleg tega je oporoکا samo njemu v korist. Več kot zadosten motiv.”

“Naprej.”

“Novak. Pravi, da je bil v kinu. S prijateljico. Preveril sem in ugotovil, da ne laže. Toda pripomniti moram, da je ta njegova “prijateljica” zelo dvomljivega slovesa. Tudi Hočevarjeva pravi, da se je vrnil šele proti jutru.”

“Kaj sta gledala?”

“Nič posebnega. Staro šaro, Terminator II, najbrž nista mogla najti vstopnic za nobeno drugo predstavo.”

“Ni nujno. Lahko si je Novak to sam izbral. To bi nakazovalo zelo agresivno naravo. Tu bi lahko iskali motiv za umor. Zelo lahko se je spreti s svojim delodajalcem.”

“Mogoče. Rekel mi je, da mu je bil Swayze kot Terminator zelo všeč. Lahko bi potrdilo tvojo teorijo.”

“Kaj pa Mlakar, kje je bil?”

“V njegovem koledarju piše, da je bil na poslovni zabavi. Toda očitno se je vrnil prej domov. Bolje bi bilo, da se ne bi.”

“Si odkril še kaj pomembnega?”

“Da. V kuhinji za štedilnikom je bil skrit Geigerjev števec.”

“Kaj! Kaj naj to pomeni?” Zeleni je bil resnično presenečen. Toda kmalu je ugotovil, kdo je moril.



1. Kdo je morilec(ka)? 2. Kako je to storil(a)? 3. Zakaj je to storil(a)? 4. Kaj pomeni sežgano sporočilo? 5. Kaj pomeni Geigerjev števec, skrit v kuhinji? 6. Kdo je odprl sef? 7. Zakaj ni iz njega nič izginilo? 8. Kam je izginila pištola?

Danila

1. nagrada: 2.000,00 SIT

2. nagrada: 1.500,00 SIT

3. nagrada: 1.000,00 SIT

Izpoved zaljubljenega kratkohlačnika

Oh, prečudovita! Kje si? Še vedno žalujem za tabo, še vedno te ne morem izbrisati iz spomina. Spominjam se, kako sem te prvič zagledal v zakotni trgovinici na koncu ulice. To je bila ljubezen na prvi pogled. In sledil je nepozaben večer, ko sem te prvič vzel s sabo na ples. Vsi so mi zavidali, jaz pa sem bil tako ponosen nate.

Spet si želim tvoje nežne gladke kože. Kaj vse bi dal, da bi se te mogel vsaj še enkrat dotakniti in čutiti tvoje drhtenje. Krepko bi te stisnil, da bi vedel, da si ob meni. Vendar tebe ni. Kar na lepem in brez besed si izginila in pustila v meni praznino, čeprav sem ti vedno dokazoval, kako neizmerno te potrebujem. Vedno sem ti stal ob strani. Tudi takrat, ko si bila notranje popolnoma izpraznjena, sem verjel vate in ti zaupal. Ti pa si šla in mi vzela vse. Sedaj tavam naokrog kot brez glave. Tvoje obline in temna polt sta bili moji šibki točki. Vendar to ni edino, zaradi česar sem te imel rad. Tvoja notranjost mi je pomenila veliko več, kot sem si mislil, in ne morem te kar tako vreči iz spomina. Spomin nate bo vedno žarel v meni, čeprav si bom našel drugo. Mogoče bo njena koža bolj mehka in dišeča, mogoče bo njena oblika še bolj zapeljiva, vendar vedi, da boš ti zame vedno moja najljubša denarnica.



Šale

Reši:

1. $P=mH_2O\dot{U}=mCrCPr$

2. $P=MP\dot{V}O\dot{U}=M\ddot{O}JE$



Šola??? - Dober vic.

Šola je kruh.
Mi stradamo.

Zakaj učitelji sprašujejo?
Ker nič ne vejo.

V nekem drugem letniku:

Profesor razlaga svojim učencem, kaj so
potence, eksponenti... Nič zato, če tudi vi ne
veste nič o potencah.

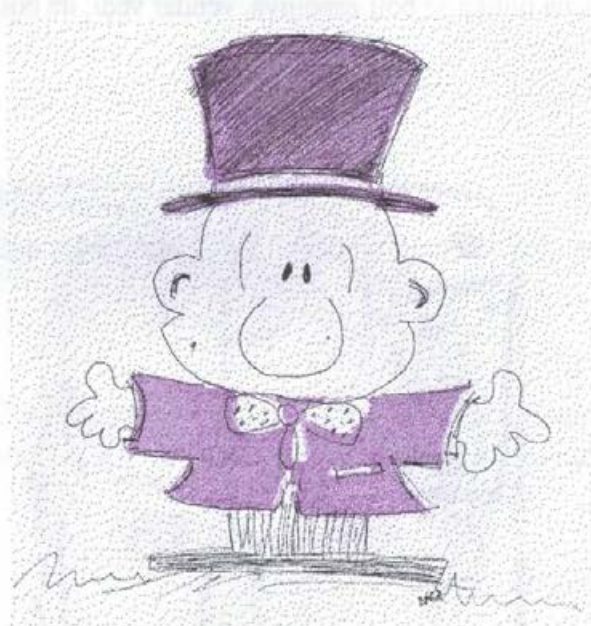
Formula za boljše znanje pa je:

$$a^0=1$$

a - ste vi

0 - vaše znanje v glavi

1 - rezultat v redovalnici.



No God - no people.
No people - no love.
No love - no sex.
No sex - no children.
No children - no school.
No school - no problem.
No problem - life.

IZVIR

GLASILO SREDNJE ŠOLE VENO PILON AJDOVŠČINA

GLAVNI UREDNIK: ANDREJA KRAŠNA

UREDNIŠKI ODBOR:

INES MARC,	VALENTINA SEVER,
LEA SLOKAR,	TEJA OBLAK,
VERONIKA BELLOT,	OŽBEJ MARC,
ALENKA KRAPEŽ,	ELVIRA ČOSIĆ,
TANJA STOJKOVSKA,	KSENJA BELCER,
TJAŠA STARC	

MENTORICA: Zdenka Blažko

LIKOVNA OPREMA:

MOJCA BRATINA, ALENKA ŠVILIGOJ, BOJANA LEBAN, ALEKS KOMEL, GORAN PELAN, KSENJA BATIČ,
KATARINA BOŽIČ, JANA BOŽIČ, ANDREJ UKMAR, DAŠA HROVATIN, MATEJ ŠTRANCAR, KARMEN SCHLEGEL,
LILIANA KOREN, MELITA KUHELJ, MAJA VIDMAR, SONJA KOŠUTA, MARJANA BRATINA

LIKOVNI MENTOR: BRANE JAZBAR

RAČUNALNIŠKO OBLIKOVANJE: Vesna Kodele

GRAFIČNO OBLIKOVANJE: Brane Jazbar

STAVEK IN TISK: Pikuš d.o.o. Osek, telefon 065-48-832

Naklada: 300 izvodov

V Ajdovščini, aprila 1996

IZVIR