

vem, da me NI MOGOČE ZAPUSTITI

Njena nova knjiga *Razšla sva se – Postavljam nove temelje* je priročnik, kaj storiti in kako, ko se nam zgodi razhod. Je tudi vpogled v njeno osebno zgodbo, dve ločitvi in zdajšnjo srečno zvezo. V knjigi zapiše, da so prišli trenutki, ko se je, čeprav je bila v očeh drugih slavna in občudovana, počutila nesposobno, kot da je v celoti zavozila svoje življenje. Verjela je, da ni vredna ljubezni, da se ni dovolj trudila, da je neumna blondinka, ki ji po golem naključju tu in tam kaj uspe. In kako se je iz teh občutij izvila? Ne gre z danes na jutri, tudi vlak spelje počasi, pravi Saša. In danes ve: »Nikogar nimam in nihče nima mene, samo sem in to je dovolj. Kakšno olajšanje!«



Piše: TEJA ROGLIČ | Foto: OSEBNI AHIV

V knjigi se osredotočate na obdobje razhoda, ločitve, vseeno pa bi vas najprej vprašala, kaj nas pritegne k določenemu človeku, zakaj se zaljubimo prav vanj.

Noben partner ni izbran naključno, vseh nam je zaradi nečesa, česar se takrat največkrat ne zavedamo. Vsak od nas ima v sebi bolečinsko jedro, ki želi biti razrešeno, nastalo je v otroštvu. In ko moje bolečinsko jedro začuti potencialnega partnerja, ki ima v sebi točno takšno bolečinsko jedro, ki lahko zbudi moje, se vanj nesmrtno zaljubiš. Močnejša ko so čustva zaljubljenosti, večje je bolečinsko jedro, ki ga moraš podoživeti, da bo razrešeno. V svojega prvega moža sem bila tako zaljubljena, da sem komaj dihal. V partnerja, s katerim sem zdaj, sem bila zaljubljena, a drugače. Moje bolečinsko jedro ni več hrepenelo po tem, da bo razrešeno. Najlepše je živeti, ko razrešiš svoje notranje bolečine. Moja bivša partnerja sta bila moja velika učitelja.

Spomnila sem se, da ste v preteklosti govorili o tem, kako ste s pomočjo hipnoze podoživeli zgodnje otroštvo, ko je oče odhajal na študij v Ljubljano, mama je jokala, vi pa ste, če prav

razumem, prevzeli vzorec, da če ste ju že »zafrknili«, ker sta vas imela tako mlada, se jima boste oddolžili vsaj s tem, da boste pridni. To me je spomnilo na nedavno izrečene besede kardiologinje dr. Tatjane Zorko, kako odločilnih je prvih tisoč dni človekovega življenja. Kako je pri vas,

V mojem življenju je ves čas kdo odhajal, moški so vedno nekako odhajali, v prvih tisoč dneh je moj oče odhajal na študij, potem v službo, prvi partner je odhajal v čustveno hladnost, drugi partner dobesedno k drugi ženski.

ste zdaj razčistili s svojimi prvimi tisoč dnevi?

Ne vem, reči prihajajo postopoma. Pred kratkim sem doživela še eno takšno razsvetljenje. Ves čas je v mojem življenju kdo odhajal, moški so vedno nekako odhajali, v prvih tisoč dneh je moj oče odhajal na študij, potem v službo, prvi partner je odhajal v čustveno hladnost, drugi partner dobesedno k drugi ženski. Na srečo ne delam terapij samo za svoje kliente, temveč uporabljam orodja pomoči tudi zase in prišla sem do točke, ko vem, da

me ni mogoče zapustiti. Nikogar nimam in nihče nima mene, samo sem in to je dovolj. Kakšno olajšanje!

Prej sem vas spraševala, zakaj nekoga izberemo, zdaj bi šla korak dlje, kaj torej v času zveze storiti, da razveze ne bo. In po drugi strani, so nekatere razveze neizbežne?

Nekatere so. Vedno pa poudarjam, da se, če bi se lahko ne ločila, z veseljem ne bi. Vedno vse spodbujam, da se potrudijo, kolikor se lahko. Pa ne da bi bila zagovornica stavka, da je v zakonu pač treba malo potrpeti. A tudi v naslednjo zvezo neseš svoje bolečinsko jedro, in če nisi nič razrešil, se bo to spet pokazalo, morda le v drugačni obliki. Splača se potruditi, a

truditi se morata oba. Morata se spominjati svoje ljubezni, tega, zakaj sta se odločila, da sta skupaj.

V knjigi opišete mnogo praktičnih korakov, kako si pomagati po razvezi. Kaj torej storiti, ko je bolečina najhujša? Ko partner odide z zadnjim kovčkom, recimo? Ko ležimo na bolnišnični postelji? Kaj je pomagalo vam?

Mene so reševali otroci. Bila sem sama s petimi, najmlajša je bila stara dobro leto. Zavedanje, da moram biti funkcionalna





Najhujši je sram, kaj ni to zanimivo? Sram te je, da te je partner prevaral. Nase vzameš njegov sram. To mi potrjujejo mnoge ženske. Indoktrinirane smo, verjameš, da te je partner prevaral, ker sama nisi dovolj dobra, ker se nisi dovolj potrudila. Ženske smo se razvrednotile.

Nikoli. Sem se pa veliko objemala z njimi. A ker so bili majhni, tega ni bilo težko dobiti. Nisem pa od njih zahtevala, da skrbijo zame, za to se moram pohvaliti.

Govorite tudi o telesnih znakih, ki nam lahko pokažejo, da živimo v nesrečnem partnerstvu.

Kaj nam sporoča telo? Mu prisluhnemo?

Naše telo ves čas komunicira z nami, že vsak prehlad, vsaka bolečina nekaj sporoča. Ravno pred kratkim sva s kolegico Alexandro Pi Bachel, s katero imava skupaj Akademijo doseganja notranje sreče in poslovnega uspeha za

ženske, govorili o tem, zakaj toliko ljudi v današnjih časih pride do točke izgorelosti. Ker spregledamo znake, ki nam jih telo ves čas daje. Nespečnost, glavobol, težave s prebavo, slab imunski sistem. To bi morali upoštevati, a raje vzamemo tableto in gremo dalje. Poznam ogromno žensk, ki imajo strašne migrene ... Migrena te prisili, da greš v temo, mir, tišino, ker sama tega ne storiš. Ko sem spoznala sedanjega partnerja, sem si zvila gleženj. Zakaj? Ker sem se bala koraka naprej. V eni od prejšnjih zvez so me bolela ramena, seveda, vse breme sem nalagala nase. Ne bi škodilo, če bi se večkrat usedli, odložili računalnik in telefon, začutili telo in ga morda celo vprašali: Telo, kaj mi sporočaš? V takšni ali drugačni obliki vedno dobiš odgovor.

V knjigi je zelo zanimivo poglavje o tem, da ste kmalu po prvi ločitvi hodili na neke vrste skupinsko terapijo, na kateri se je vsak od udeležencev moral postaviti v krog in reči: Lep/-a sem. Gospod pred vami je to naredil zlahka, vi besed niste mogli izustiti, planili ste v jok. Tisti ob vas niso mogli verjeti, mislili so, da se šalite, pred njimi je

vendarle stala Saša s televizije, lepa, mlada, vitka, prepoznavna.

Četudi so mi vsi govorili, da sem lepa, tega nisem čutila, dokler tega nisem verjela sama. Videla sem se kot sveže ločeno, zgubo, žensko, ki je uničila življenje sebi in otrokoma. Moja mama in oče sta poročena že 57 let, kaj je z mano narobe? Kako naj nekdo, ki misli to o sebi, verjame, da je lep?

In največ, kar ste si potem lahko rekli, je bilo: Saj nisem tako slaba. To svetujete tudi svojim klientom. Naj torej ne ponavljajo manter, v katere ne verjamejo, ki so zdaj zanje laž, naj začnejo počasi, z malo spodbude zase.

Tako je. Zelo priljubljene so afirmacije, češ, če jih bomo govorili, se bo to uresničilo. Če afirmaciji ne verjamem, bo učinek nasproten, saj to v meni ustvarja upor, še več žalosti, notranjega trenja. Tudi vlak ne spelje takoj na hitrost 300 kilometrov na uro, počasi je treba začeti. Ne morem reči, da je to najboljši dan mojega življenja, če me partner ravno zapušča. Lahko pa si rečeš: Nisem edina, ki se ji je to zgodilo, ni konec sveta, zmogla bom, marsikaj sem že preživela, osredotočila se bom na lepe stvari, ki so v mojem življenju. Tako lahko moja notranjost počasi to sprejme.

Naslov dosjeja je Prevara. Kako gledate na to besedo? Danes drugače kot nekoč?

Hvala za to vprašanje. Danes res gledam nanjo drugače kot pred leti, vse manj obsojajoče. Nočem reči, da podpiram varanje, zvestoba je zame pomembna vrednota, a če izvem, da je nekdo nekoga prevaral, nisem več tako obsojajoča, saj nikoli ne vemo, kaj je v ozadju takšne odločitve. V odnosu sta dva, tudi jaz sem sodelovala pri prevari. Zatiskala sem si oči pred določenimi stvarmi in za to moram sprejeti odgovornost.

In kaj je najhujše pri okrevanju po prevari?

Najhujši je sram, kaj ni to zanimivo. Sram te je, da te je partner prevaral. Nase vzameš njegov sram. To mi potrjujejo mnoge ženske. Indoktrinirane smo, verjameš, da te je partner prevaral, ker sama nisi dovolj

mama zanje, me je gnalo naprej. Ne zaradi sebe, zaradi njih sem se vsako jutro zbrala, sestavila, delovala. Ko so prišli trenutki samote, pa sem veliko jokala in delala vajo, da sem sebi dajala roke okoli ramen, kot da sem v objemu. Predstavljala sem si, da sem v objemu, a ne moškega, temveč ljubezni, boga, univerzuma. Rekla sem si, da bom zmogla, da je človeku naloženo točno toliko, kolikor zmore, jaz očitno zmorem.

Ravno ta teden sem govorila z gospo, ki jo je mož zapustil po štiridesetih letih. V takšnem primeru se začneš spraševati, kdo sploh si, tako dolgo si bil namreč del para. Predlagala sem ji, da si jutraj nameni lepo besedo in se vpraša, kaj bi želela početi, jesti, se s kom dobiti ... Sliši se banalno, a v resnici pozabiš nase, če skrbiš ves čas le za druge. Jaz sem se tudi enako ljubeče, kot sem se obnašala do otrok, začela obnašati do sebe. Nehala sem si govoriti, da je dovolj žalosti, da je čas za akcijo. Nehala sem biti tako zelo stroga do sebe. Saša, nehaj se obsojati, sem si rekla.

Ste se kdaj ujeli, da od otrok zahtevate kaj, česar vam niso mogli dati? Češ, kar sem zdaj sama, me morate zabavati vi, me morate imeti radi vi ...

dobra, ker se nisi dovolj potrudila. Ženske smo se razvrednotile. Ves čas jim govorim: S tabo ni nič narobe, to je bila njegova odločitev, morda bo na koncu to za oba prineslo nekaj dobrega, ti se boš začela ceniti, on bo našel srečo drugje. Ni to nekaj lepega? Zlasti če je to oče mojih otrok, naj bo čim bolj srečen. A na začetku je to težko, čustva vrejo, tudi ego nas boli, dvomiš o celotnem odnosu, vsem, kar je bilo. Meni je najbolj pomagala misel, da sem bila iskrena, da sem dala vse, kar sem lahko, če tega nekdo ni znal ceniti, pa to ni moja stvar.

Imate otroke različnih starosti, kako oni dojemajo odnose?

Veliko se pogovarjamo o tem, večkrat jim rečem, da so v mnogo boljšem položaju, kot smo bili mi in moji starši. Mladi so modri, kot da bi bili stari 60 let, to mi je zelo všeč.

Iskreno ste z javnostjo delili tudi diagnozo raka, ki vas je doletela pred leti. Rekli ste, da ste občutili, da se je

Ko sem spoznala svojega sedanjega partnerja, sem si zvila gleženj. Zakaj? Ker sem se bala koraka naprej. V eni od prejšnjih zvez so me bolela ramena, seveda, vse breme sem nalagala nase. Ne bi škodilo, če bi se večkrat usedli, odložili računalnik in telefon, začutili telo in ga morda celo vprašali: Telo, kaj mi sporočaš? V takšni ali drugačni obliki vedno dobiš odgovor.

vse neizrečeno v vašem življenju, vse pogoltnjene solze, vsa čustva, ki jih niste izrazili, nabiralo vrsto let in potem je prišel trenutek, ko ste z obsevanji simbolno skurili vse neizrečeno. Podobno kot prej, ko sva govorili o tem, da sebe niste videli kot lepe, se tudi to zdi neverjetno, da torej Saša, ki ljudi uči retorike, sama ne spregovori, ko je čas za to.

Kadar sem prišla v stik s svojo bolečino, o tem nisem znala spregovoriti. Mislila sem, da ne bom slišana, če bom po resnici povedala, kaj se dogaja v meni. Še danes, ko pridem v stik z bolečino, obmolknem. A zdaj to opazim in molk pretrgam. In spregovorim. A dolga leta so negativna čustva obstala v grlu in se tam kopičila, telo pa me je prijazno opozorilo na to.

Sta si danes Saša, ki jo poznamo javno, in Saša zasebno bliže kot nekoč?
Bistveno bolj.

Vam je Saša, televizijska voditeljica s fotografij izpred let, tuja?

Ne, a ko gledam posnetke, čutim do sebe veliko sočutja. Tudi ko pogledam stare fotografije, točno vem, kako sem se takrat počutila, kdaj sem imela vesele in kdaj žalostne oči. Če bi lahko, bi stopila v sliko in se objela, si rekla, da ne morem biti zapuščena, da sem samo jaz dovolj.

Abonma *Duet*

Delite zadovoljstvo obiskovanja galerije s svojimi najbližjimi in uživajte v skupnih doživetjih.

- udeležba na 8 prireditvah po vaši izbiri
- ogled razstav pred odprtjem
- ekskluzivna srečanja
- popusti pri delavnicah, tečajih in ekskurzijah



NG Narodna galerija

www.ng-slo.si

