

21. január 2019 - deň, keď som odišla z domu:

Ahojte, žienky. Tento príspevok bude veľmi osobný, touto cestou vás žiadam o silu a povzbudenie, neviem, ako ďalej budem žiť. Spomínala som vám, že mám niečo rozpracované a dnes je ten deň D, kedy som sa stala tvorkyňou svojho života. Urobila som odvážny a zároveň dosť závažný krok. Odišla som od mamy a rodiny a prerušila som s nimi všetky kontakty. Bohužiaľ, bolo to nevyhnutné, pretože tam nebola žiadna láska, iba nenávisť, apatia a nezujem a nerešpektovanie mojich potrieb a najmä zo strany mamy a babky, ktoré sú obe manipulátorky a mama má narcistickú poruchu osobnosti, sedia na ňu všetky znaky, a už sa to tam celkovo počas posledných 4, 5 mesiacov, odkedy som bola bez práce, sa to tam už nedalo vydržať, až začiatkom januára padla posledná kvapka. Na dennom poriadku boli hádky, krik, zo strany mamy a babky neustále kritizovanie, vydieranie (napríklad cez peniaze), ponižovanie a zhadzovanie mojej osobnosti a spochybňovanie toho, čo som povedala. Ráno bolo veľmi rušné a kruté. Mama prišla na to, že zdrhám, keď som to popierala, povedala, že klamem, "že prečo so myslíš to, že by sme ti bránili v odchode a nevedeli ti pomôcť!", a do toho mi hovorila vety "ako som jej za tie roky veľmi ublížila, že ostatní (brat, sestra, babka, švagor a ich deti) sa tu cítia ako doma, tak preč nie ty, a to zaklincovala veta, ktorá ma prenasleduje a neviem, či ma ňou mama neprekliala, "že si nemysli, že budeš mať krajší a lepší život, keď odídeš bývať k cudzím ľuďom a že tu nech sa rozhodneš, ako sa rozhodneš, tu máš dvere vždy otvorené". Babka ma urážala vetami, že čo som taká zlostná a že nestresuj sa toľko, pričom som ju len 5 krát prosila o ticho počas jedenia raňajok a ona to vždy ignorovala, a jej veta, že "kto chce s vlkmi žiť, musí s nimi vit". Kúpila som si kufre a v tom zmätku som si ich rýchlo pobalila, najskôr som chcela ísť na autobus, ale s kuframi to išlo dosť ťažko a tak som si zavolať dodávku a ešte som sa aj vrátila domov po ďalšie veci. Momentálne dočasne bývam u kamarátky (s ktorou sme sa spoznali cez FB a vôbec po prvýkrát sme sa stretli naživo), a zajtra ma čaká pracovný pohovor, na ktorý sa teším a zároveň bojím, pretože neviem, či na ňom budem úspešná. A tak či tak tam nemôžem dlho zostať, mala by som odísť už zajtra. Lebo inak neviem, čo budem ďalej robiť, teraz mám pocit, že som sa ocitla v pasci, z ktorej niet úniku. Počas celého minulého týždňa som telefonovala s pani ohľadom ubytovania a keď som sa s ňou dnes stretla, tak sa jej nepáčilo, keď som jej povedala, že potrebujem nájomnú zmluvu k tomu, aby mi úrad práce uznal príspevok na presťahovanie sa za prácou. A tak skúšam zháňať nové bývanie. Do toho ma prepadajú výčitky svedomia, pocity viny za to, čo som to urobila, cítim smútok za to, že som sa od nich odstrihla, že sa cítim sama (celkovo taký ten pocit, že teraz som už naozaj na všetko sama), a strach o prežitie, pretože na presťahovanie sa som si musela zaplatiť dodávku a kúpiť kufre, a vyšlo ma to dosť drahé. Peniaze mám našetrené, a teraz mám strach, či to bude dosť. Objavil sa aj nutkavý pocit, či predsa len som to neprehnala a či nemám zavolať mame, prepadol ma smútok, lebo najskôr mi chodili smsky od zablokovaných čísiel, že sa mi pokúšali dovolať a teraz nič. Nechala som im na rozlúčku 33 stranový list, v ktorom som opísala všetko, čo sa tam dialo a opísala som aj členov rodiny ako takých a čoho som už mala naozaj dosť. Lenže ak by som sa vrátila, tak by som si priznala svoju porážku, ktorú by mi do smrti vyčítali a potom by ma už vôbec nechceli nikam pustiť. Ale ostala som v kontakte s dvoma členmi vzdialenej rodiny, ktorí mi poskytli pomoc a podporu. Prosím touto cestou o podporu a povzbudenie a prosím, držte mi palce na pohovore.

21. január večer, ďalší záznam:

Vzťah s mamou som riešila s psychologičkou, spolu sme boli na sedení pred 2 rokmi, povedala som jej, čo chcem, aby sa v tom vzťahu zmenilo a ona mi to ešte aj dnes hodila na oči, že tie body 1, 2, 3, keď som jej povedala, že som už povedala, čo chcem, aby sa zmenilo, lenže to neplnila. Vtedy na sedení bola reakcia "vnímaš ma ako svojho najväčšieho nepriateľa, ty ma nenávidíš a keby toto videl tvoj otec" (otec už nežije, mala som s ním krásny vzťah). A babka mi dnes hodila na oči, že som nebola na dedkovom pohrebe, lebo v deň, keď zomrel, som už mala zaplatený týždenný seminár, nevedela som, čo so sebou, že čo a ako, a mama mi sama povedala, nech tam idem. A vyčítala mi to nielen babka, ale v minulosti aj sestra (ktorá ma na ten seminár upozornila a presvedčila ma naň). A

d'akujem ti, je to veľmi dôležité, kamarátkin manžel ma tu zajtra nechce, a ak by som nastúpila od 1.2, tak neviem, kde by som sa podela.

Ďakujem vám všetkým za podporu. Trápi ma, že ma mama nenaučila prať, žehliť a variť, vždy mi len hovorila, že by som sa to mala naučiť a aj keď som s ňou bola napríklad v kuchyni, tak ma po celý čas komentovala a buzerovala a cítila som sa ako najväčší idiot na svete. Nájde sa tu v skupine niekto, s kým by som si o týchto veciach mohla písať a kto by ma naučil základy prania (viem, že sa oddeľuje bielizeň, len neviem, podľa čoho a na akých stupňoch sa perú jednotlivé kúsky oblečenia), žehlenia (ako zistím, že teplota je správna a oblečenie je vyžehlené) a aj varenia?

22. január 2019 - záznam:

Ahojte. Tak pohovor nedopadol úspešne. Pani mi povedala, že lektorov do zámku berú na spoločný konkurz až na konci februára, na pohovore by ma vyskúšali z textov, ktoré by mi dali, a aj keby som uspela, tak prvé 4 hodiny by som sa za pochodu učila texty a počas ďalších 4 hodín by som už mala svoju skupinu. Robilo by sa aj cez víkendy, počas mesiaca by boli len 2 dni dovolenky, pričom ak by mal niekto nejaký zdravotný problém alebo že by si potreboval oddýchnuť, tak to by neprichádzalo do úvahy, stále by sa tam makalo a pozeralo by sa na výkon, koľko skupiniek by sa sprevádzalo. Práca zahŕňa aj prácu pri pokladni. Tým, že som ešte nerobila sprievodkyňu v cestovnom ruchu (robila som si kurz, z ktorého mám osvedčenie), tak by moja mzda vo výške minimálnej (520 v hrubom) a vôbec sa tam nenazerá na vzdelávanie a ak by som nerobila výklady v cudzom jazyku, tak v tej tabuľke platov by som išla ešte nižšie. A išlo len o prácu na letnú sezónu na dobu určitú (máj - september). Volala som aj (so vzdialeným členom rodiny), lebo som jej hovorila, že by som išla dočasne bývať k nej, kde by som sa postavila na vlastné nohy, a povedala mi, že tam, kde býva, že to je hladová dolina, aj keď trvalý pobyt majú v inom veľkom meste, tak bývajú tam a sama mi to neodporučila. Zatiaľ mi poradila, aby som sa vrátila na východ, že teta má byť v Košiciach, že by som si prácu našla tam a že s matkou by som si nastavila jasné hranice, že už si neželám takú prílišnú kontrolu a sledovanie a že chcem byť konečne samostatná a robiť si, čo chcem. Ona a jej muž si myslia, že už keď som tak raz odišla, tak by mala strach, že by som odišla znova. Máme si ešte zavolať, aby sme sa teda poradili, čo a ako, momentálne bývam v jednom lacnom penzióne.

22. január 2019 - ďalší záznam:

Tak som volala s neterou z otcovej strany a jej manželom, dohodli sme sa, že po mňa zajtra prídu, ona ešte zavolá mame, aby jej povedala, že čo a ako, a že budem využívať tetin byt v Košiciach na nejaký čas, nájdem si prácu, ona a jej manžel sú na mojej strane a spolu s mojou mamou si prehovoríme medzi 4 očami, že sa potrebujem osamostatniť a nebyť pod tou neustálou kontrolou a mať svoje súkromie a slobodu. Jednoducho už tam tá zmena musí nastať, už to takto ďalej ísť nemôže. Aspoň trochu budem od nej ďaleko a dúfam, že už takto aspoň trošku budem mať svoj život, a budem mať svoju slobodu a svoje súkromie. Ako na jednej strane fajn, že po mňa prídu, ale na druhej strane tam už nechcem a nesmiem zostať, už aby som bola v tom byte, cítim veľkú úzkosť z toho, že by som sa tam mala vrátiť. Večer prídem so vzdialenými členmi rodiny, bojím sa toho, čo sa tam bude hovoriť. Už sa veľakrát stalo, že mama povedala, že dobre, ale o nejaký čas sa všetko vrátilo do horších koľají. Bojím sa okamihu po tom, ako odídu a ja opäť ostanem s nimi. Fuj, je mi z toho zle, už tam viac s nimi nechcem byť. Aj mi členovia zo vzdialenej rodiny povedali, že to som prebrala štafetu po otcovi, lebo som presne ako on taká dobrosrdečná a emotívna a že oni ostatní z maminej strany sú takí tvrdí a odmeraní, že ty si medzi takými čudnými ľuďmi, povedali mi. Mám pocit, že nemám byť za čo hrdá, veď pohovor nedopadol úspešne a minula som dosť peňazí za sťahovacia dodávka plus kufre. Aspoň, že som už konečne videla Bojnice, zajtra si konečne pôjdem prezrieť zámok, dúfam, že budú mať otvorené.

23. január 2019 - deň, keď som sa vrátila:

Ahojte. Tak včerajší rozhovor dopadol tak, že sa nájde práca a to ubytovanie, aby som sa osamostatnila (to je gro všetkého), aby ma dovedy doma rešpektovali a vážili si ma, aby som mala svoj priestor a súkromie a aby tam nebola tá neustála kontrola, a že aj keď sa osamostatním, tak sa im každé ráno budem stručne hlásiť, že som OK. Mama ma naučí prať a žehliť a vždy mi napíše povinnosti, ktoré odo mňa chce. Nakoniec sme sa všetkým urobili hrubú čiaru a už sa k tomu, čo sa stalo, viac nebudeme vracat'.

24. január 2019 ráno - záznam:

Teraz mi prišlo smutno, plačem, lebo prečo sa musel stať až takýto skrat, aby došlo konečne k pochopeniu a k zlepšeniu, veľakrát som doma hovorila, čo áno a čo nie a nebral sa na to ohľad. Teraz, keď sú na mňa milí, tak ma to teší, len prečo až za takúto cenu a takýto risk.

17. február 2019 – smska sesternici:

Od piatku už mama opäť prejavuje svoje zlé správanie voči mne, dnes ma zvozila kvôli koláču, o ktorom vie, že mi nechutí, nenápadne porušuje dohodu. (Poznámka: nezavolała ma na triedenie oblečenia, varí také jedlá, o ktorých s istotou viem, že nie sú pre jedného človeka, už zopár dní za sebou nenapísala zoznam s úlohami na daný deň so slovami, že zabudla).

20. marec 2019 – smska sesternici:

Ráno volala babka, že je práca nemocnici, ja na to, že tam ísť robiť nechcem, lebo vie, že neznášam nemocnice, ona na to, či som psychicky normálna, ja na to, nech rešpektuje môj názor, ona neprestala kecať, ja na to koniec a zrušila som ju. (Poznámka: Takto mi počas dňa vyvolávali teta, matka, setra s tou nemocnicou, rad radom som ich rušila so slovami, že tam nepôjdem a nech to rešpektujú.)

23. marec 2019 – smska sesternici:

Včera večer keď prišla mama s Edom z nákupu a ja som prišla dole, aby som ho rozložila, tak sa mama na mňa rozkričala, vrieskala. Že ako som si dovolila odmietnuť prácu v nemocnici a že na ten pohovor pôjdem a Viťa by tú prácu hneď brala a že koľko by to bolo peňazí na ruku a že by som im dávala kontakty na lekárov a že by už bolo načase, aby som začala prispievať na domácnosť, mlčala som, nevšímala som si ju. Ona potom, že čo si ticho, že nič nevravíš, a ja na to, že tak to je, potom som odišla a išla predýchať ten krik, teda tú reakciu z neho. (Poznámka: Matka ešte v januári vedela, že tam ísť nechcem robiť, lebo neznášam nemocnice, povedala som to vtedy pred ňou, sesternicou a jej manželom v ten večer, keď som sa vrátila). Už v pondelok na mňa vrieskala, keď som hneď rýchlo nešla babke po čaj, lebo som mala na kolenách zajka a trvalo to, kým som ho dala do kliečky.

Záznam z 3. apríla 2019:

Dobrý deň. Včera večer sa stalo niečo, z čoho som smutná, cítim ľútosť nad tým, že to nedokážem zmeniť a že aj keď došlo k zmene, tak nebola dlhodobá, je mi ľúto, že som zasa naletela. Ďakujem vám veľmi pekne.

Ďakujem, ide o to, že si už dlhšie hľadám prácu, včera som mala dva pohovory, z toho prvého mi bolo povedané, že zatiaľ som nepostúpila do druhého kola, iba ak sa im uvoľní miesto, a výsledok z druhého pohovoru sa dozviem na budúci týždeň. Dnes ráno som volala do ďalšej firmy, aby som sa informovala čo a ako, a pán riaditeľ mi oznámil, že vybraných uchádzačov budú kontaktovať telefonicky, že ešte to nemajú celkom hotové. Hľadám si prácu, pretože sa potrebujem osamostatniť a je to hrozný pocit, keď stojíte na mieste a kedy máte pocit, že sa nič nedeje. S tým natením: už som bola presvedčená, že tú prácu mám, ale nakoniec z toho nebolo nič, a bolo mi ľúto, že som naletela pocitom, ktoré neboli pravdivé, ktoré som si akoby vsugerovala, už som sa videla v tej novej práci a nakoniec som zo seba zostala veľmi sklamaná.

Záznam z 3. apríla 2019 z večerných hodín k situácii doma:

Nejaký čas bolo fajn, ale teraz mama na mňa opäť kričala, opäť si na mňa dovoľuje, brat sa so mnou vôbec nebaví, ignoruje ma, a ak aj sa ozve, tak je na mňa drzý. Akurát včera večer mama na mňa kričala, lebo som hovorila zajkovi (poznámka: mám ho od 6. marca 2019 a je mojou veľkou oporou), aby vyliezol spoza gauča, dlho nechodil a bála som sa, že sa tam zasekol, a mama sa na mňa osopila, že zajka povyšujem nad človeka a už to prekračuje všetky medze. vadí jej, ako sa s ním často rozprávam (lebo všetkému rozumie, je veľmi vnímavý) a aká som naňho milá a akú mi robí radosť a smejem sa z jeho huncúctiev, zajko nakoniec vyliezol, lenže ja som sa rozplakala, aj preto, lebo som sa oňho bála a aj preto, že mi prišlo ľúto z tej situácie, veď milujúci človek by urobil všetko pre to, aby som sa cítila lepšie a nie horšie, že toto, čo zažívam, nie je láska, lebo láska nemá bolieť. Hľadám si robotu, lebo odtiaľ fakt potrebujem vypadnúť, aj to vtedy bolo povedané, že práca a hneď sa bude hľadať bývanie, lenže ma mrzí, že mama vôbec nedodržiava dohodu, ktorú sme si po mojom návrate dali, hlavným bodom bolo, že ku mne bude milá, kým odtiaľ neodídem, že ma naučí základné veci, že mi dá zoznam s úlohami, najskôr sa snažila, ale teraz z toho nie je nič. A mne prišlo ľúto, ako som mohla byť taká sprostá a takto naletieť a naivne dúfať, že sa niečo zmení. Ak môj odchod nič nezmenil, tak toto už nezmení vôbec nič.

11. apríl 2019 – smsky sesternici – po výbuchu, keď zistili, že som bola na polícii udať brata Bol výbuch, už vedia, čo som urobila, už reči, že nie som psychicky v poriadku, že neviem komunikovať s ľuďmi, či oni majú ísť na políciu, aby ma zavreli do ústavu, Viťa zmazala fotky a zajtra to pôjdem s niekým stiahnuť (poznámka: nakoniec sa to stiahnuť nedalo), že pôjdem na vyšetrenie k Hvizdošovi s mamou, že odmietam pomoc, že si nechcem od neho niečo predpísať, Viťa s mamou ma vyfackali a Viťa ma šmarila tak, že som spadla na zem, to bolo kriku a hádzania viny na mňa, že som odporný človek.

Že zničím rodinu, že toto je choroba a následok internetu, že som taká nebola, že mi Edo zachránil život. (Poznámka: Lebo mi konečne došlo, v akých toxických a nezdravých vzťahoch žijem a ak mi to potvrdí veľa vedeckých, psychologických a lifestylových článkov a videí, tak to niečo značí. Edo mi život nezachránil, urobil veľké hovno, to ja som si konečne išla zachrániť život od nich.) Že keby tu bol Nany, tak by ma na mieste zabil. Alebo že zabiť ma je málo.

Že so mnou nechcú nič mať, že im budem dávať peniaze, kým tu budem, hľadám prácu a odchádzam, že normálny zdravý človek by toto neurobil, že tým odchodom som si urobila hanbu, že neviem vôbec komunikovať a že nemám žiadnu empatiu, že ak by ma videli na polícii, tak na mňa dajú zvieraciú kazajku a že by videli, že nie som psychicky v poriadku, že ostanem sama ako prst a že kde mám kamarátov.

A že či už viem prať, žehliť, tak som tá zlá, lebo musím prejavovať záujem, darmo som hovorila, že som to robila a že mi to mama len raz ukázala, a že body tej dohody, čo sme ju dohodli, tak že mama ju dodržiavať nebude, keď som jej hovorila, čo sme dohodli a že to nedodržiava.

Čo ti poviem, čudní sú to ľudia, potvrdilo sa mi, kde žijem a že si mám hľadať prácu k mojim schopnostiam, už aspoň viem, čo si o mne skutočne myslia a že ma vidia v ústave a na psychiatrii, keď som bola pokojná, tak ešte na to Viťa vravela, že no vidíš, aká je.

Už je klud, som sama, hrozné to je, no čudní ľudia.

A ešte Dena vravela, že vzhľadom k môjmu postihnutiu (poznámka: ktoré sa nikdy nedokázalo a psychologička na mne vidí, že som v poriadku) by som mala dostávať invalidný dôchodok a že aký bol švagrov brat, že kradol, dostal lieky a má ženu a klud, ešte si vymýšľali, že ocko mal zo mňa nervy, že som dlho písala bakalárku a že som ju skopírovala (poznámka: nikdy sa to nestalo) a že ocko bil Viťu (poznámka: nikdy ju nebil), Edo na to, že aj krajšie sa to dalo vyriešiť a ja na to, že dúfam, že si uvedomil, čo robil nebolo správne, zatiaľ sme sa nedohodli. (Poznámka: Ešte som im s pokojom povedala, že ak im nevyhovujem, tak nevyhovujem a naše cesty sa rozídu.)

Mama že reči o tom, že má ponaučenie si nechaj a ospravedlň sa mu. (Poznámka: neurobila som to.)

Síce som ešte v šoku a mám úzkosť, ale na druhej strane cítim pokoj a vyrovnanosť a že som urobila dobre, že sa to malo stať. Nelutujem toho, je to pozvánka ku slobode a už s nimi nebudem, vedela som od malička, že medzi nich nepatrím.

Ešte hovorili, že to Dena navrhla, aby mi to dali, to sledovacie zariadenie, spomenuli ťa pri otázke či mi hľadáš prácu a ja, že áno.

A boli na mňa slová pri hádke: fuj, veľké fuj, krysa, ty špina, ty hnusoba jedna.

Reakcia sesternice bola: Oni spravili chybu a ty si tá zlá? Ja na to, že áno. A ona na to: Ach, Deniska. A upozornila ma na to, že ma budú chcieť zbaviť svojprávnosti, ale že sa im to tak ľahko nepodarí.

12. apríl 2019 – smsky sesternici – deň po výbuchu

Mama zase, že mám ísť na brigádu hľadať robotu a zakázala mi pozerat' stránky o manipulátoroch, o vyhánaní duší, že bludy, s niekým o tom hovorila, ale sa zašila a že dnes nevarí, že ak si chcem stránky pozerat', mám si inde nájsť net a ešte ma obvinila, že som predošlému zajacovi napomohla k zdochnutiu, lebo súčasný zajac mení kožuch a vzala som mu chlpy, ostali mu dva malé miesta bez srsti.

Vravela, že budú 2 pojednávania na okresnom úrade a že čím skôr sa nájde práca, tým lepšie.

Zo všetkého viní internet, za zmenou mojej osobnosti a že som hyena v ľudskej koži.

(Poznámka: Ešte mi matka hovorila, aby som zašla za psychiatrom dať si uznať, že mám paranoidnú psychózu, jasné, že som tak nespravila, ani náhodou, ja tu nie som tá, kto by sa mal ísť liečiť.)

15. apríl 2019 – smsky sesternici:

Eda s mamou vypočuli, ja som nebola, že vtedy so mnou volal policajt a že im to stačí, nevravia o detailoch, nebavia sa so mnou. (Poznámka: Obaja boli bieli ako steny, úplne posratí.)

S nimi pôjdem na okresný úrad, príde rozhodnutie, vypočujú si nás a úrad rozhodne, poviem, že sme sa dohodli, aby sa to neriešilo.

Iba viem, že Edo je obvinený z priestupku.

Záznam zo zhrnutia pol roka od januára do júna 2019:

Poznačilo ma aj obdobie uplynulého pol roka, koncom januára som v bratovom mobile úplnou náhodou našla fotky jeho obrazovky počítača, na ktorej boli moje záložky zo stránok, ktoré som si uložila v internetovom prehliadači. Brat si so sestrou a synovcami pozeral video, na ktorom boli natočení synovci v detskom centre, chcela som ho vidieť, brat mi dal mobil, pozrela som si ho, išla som do galérie a tam som našla tie fotky. Nedalo mi to a večer som to išla bližšie preskúmať, pozrela som sa do jeho smsiek, kde bola správa sestry, aby sa pozrela na messenger, klikla som na ikonku messengeru a hneď ma to tam vpustilo, nuž, a našla som konverzáciu, v ktorej brat priznal, že mi dal do počítača sledovacie zariadenie - robilo to snímky z monitora, z webkamery, zachytávalo to mikrofón - čiže nielen on, ale aj sestra a švager videli, čo všetko som na internete robila, aké dokumenty som písala v počítači, volalo sa to keylogger, čiže zachytávalo to všetky znaky, ktoré som na klávesnici napísala. Bola som v šoku, dost' ma v tej konverzácii pourážali a komentovali moju vtedajšiu prípravu na odchod - vety - keby zistila, že tam má ten logger, tak neviem čo by spravila; nemôže sa už dnes pobrat' preč; všetci ju pobalíme, môže ísť do hodiny; dovtedy vymeníme zámky; aspoň bude kl'ud na chvíľu; s chlapcami budeš mať herňu: gauč, kreslo koberec na stred; ci pana, ta ten list bude riadny sloh, rozoberá tam všetko od strednej školy a všetko samá krivda, najviac si to zlízneš asi ty a mamuša; bráško, mne je až zle z toho hnusu; a že ku chlapcom utekáš a že ti nie je hanba a že ste si vlastne nikdy poriadne nerozumeli; švager je OK, však ju má na saláme, nič s ním nezažila, tak nemá čo ofrflať; len si ju pekne posad'te a opýtajte sa jej, čo sa jej nepáčilo na Vianociach, ten dar odo mňa tam dost' rozoberala; psychiatria a verí bludom; keby len vedeli, ako si Dena vymýšľa; neverím, že Dena dokáže hrať týranú ženu; a kebyže zaplatíš za logger? uvidíme viac; vieš napojiť viac počítačov a máš väčšie úložisko; už to ukladá snímky zo stránok, ktoré má otvorené; boli tam údaje, ku komu som išla bývať + inzerát, kde som hľadala

ubytovanie + a ku komu som išla na pohovor + veta „a nech si ide“; čiže schválne robievala zákernosti, aby mala o čom písať; aj Darina ušla, aj Kaja, ona bude ďalšia; o ňu sa nebojím, prežije ako potkan; moje snád' už nebudú utekať, už budú pomiešané; aj ty si pomiešaný, ale ty v sebe nemáš to, čo ona; ako krysa, ktorá uteká z lode, zjavne jej došiel čas; švager príde skontrolovať, či nastúpi a spraví nám aj fotodokumentáciu; mama hovorila, že s tým nič nespravíme, až bude švorc, začne vynášať; v logoch sú všetko poprekrúcané veci; tie logy mi akurát pokazia deň keď ich čítam; sakra dostal som sa Dene na Gmail, ale uhral som to, zjavne na to skočila podľa logov; som zvedavý koľko vecí si so sebou vezme, zjavne to nemá domyslené; ale tu máš dôsledky netu; zrušiť face; bráško, my ale máme hlúpu ségru; poskrývaj si cenné veci; čítaš logy dobrodružstvo sa asi končí; a Dena zase sedí na pc a ja som stále taký heker a stále jej chodím na FB, povedala mi nech jej nelozím na FB a Gmail; posadím ju za pc, že na prihlás ma, keď som taký heker; posadím ju za pc, nech jej schladne paranoja, že sa k nej neviem dostať; ešte že som mal ten feeling a dal som ten logger v utorok; Nany fotil, normálne ušla, prosím, daj pozor na mamušu; v skrini je šmarený list; prečo v skrini? Lebo to nedomyslela? To je až taká glupa?; ešte že si znova nahodil, inak by sme netušili, kde je - nuž, vzala som mobil a celú konverzáciu som vyfotila, poradila som sa so vzdialenými členmi rodiny, ktorí sú na mojej strane (poslala som im smsku s textom: dostala som sa Edovi do mobilu, našla som správy, v ktorých priznal, že mi dal do pc sledovacie zariadenie, všetko som vyfotila), tí vôbec nevedeli, čo s tým - boli v šoku, vraveli, že je to smutné, že si to o nich vôbec nemysleli, takže oni všetko vidia, že to sú čudní ľudia, a vie vôbec tvoja mamka o tom, že toto si oni o tebe myslia že také veci si o tebe píš - poradili mi len vyčkávaciu taktiku, ja som sa po 2 mesiacoch rozhodla zájsť na políciu. Najskôr ma policajt odbil, že choďte do pc centra, zmeňte heslá, kúpte si trezor a tam si to odkladajte, ale keď som mu povedala, že v tej konverzácii priznal, že mi to tam znova nahodil, on pozrel na fotky a neviem po ktorej išiel rýchlym krokom k telefónu, zavola kolegovu a povedal mi, že kolega sa vám bude venovať. S kolegom policajtom som to celé spísala, pýtal sa ma len základne údaje o rodine, fotky si dal do počítača, išlo o priestupok, prekvapeným hlasom sa ma spýtal - a prečo vám to robia - ja na to, že neviem, a on mi povedal, že nech zatiaľ nič nehovorím, že si ich predvolajú. Nuž a v polke apríla mi volal policajt, nech mu dám číslo na brata, ten ho skontaktoval, rodina na to prišla a reakciu vám radšej ani písať nebudem - to bolo krik, urážok, ty špina, ty hnusoba jedna, ty chceš zničiť rodinu, sestra ma fyzicky napadla, vyhrážali sa mi, nech to idem stiahnuť, brat bol úplne biely ako stena (poznámka: mám uložené smsky, v ktorých som napísala vzdialenej rodine, čo všetko sa presne odohralo po tej hádke) - večer som volala vzdialenej rodine, ktorá mi povedala - čiže oni spravili chybu a ty si tá zlá, ja na to, že áno, a ona, že ach Deniska, a priprav sa na to, že ťa budú chcieť zbaviť svojprávosti, ale to sa im tak ľahko nepodarí, že to by im aj tak neprešlo - podnet sa stiahnuť nedal, išlo o priestupok, len som doplnila výpoveď na polícii o tom, aby sa to vyriešilo v zmieri, že sme sa dohodli a brat mi to z počítača odstránil. Začiatkom júna potom bolo pojednávanie na okresnom úrade, iba som tam ako svedok povedala, ako som sa k tomu dostala a ako som brata udala, to bolo všetko, ľutujem, že som ho nepotopila, na radu vzdialenej rodiny a babky som to nerozoberala ďalej, nech je klúd a nech máme za tým. A začiatkom mája mi mama dala obálku s výmenným lístkom, nech ju dám psychiatrovi, ku ktorému som vtedy chodila, tajne som obálku otvorila, výmenný lístok bol na moje meno so slovami - chceme dať pacienta invalidizovať, moja teta je všeobecný lekár, tá má vtedy v hádke pourážala, že som autista, že odmietam pomoc, keď si nechcem od psychiatra nechať nič predpísať, mama deň po tej hádke chcela, nech za ním idem a priznám sa, že mám paranoidnú psychózu, neurobila som to v žiadnom prípade - išla som s tým lístkom za babkou, ktorá je na mojej strane po celý čas, bola v šoku, so slovami - oni nie sú normálni, veď ty jediná z nich si normálna, mama by sa mala dať liečiť - babka ma poslala za iným psychiatrom, ten nenašiel závažný problém a rovno ma poslala na psychotesty, na výsledky čakám dodnes. Babka si to aj vybavila s tetou so slovami - ale prosím ťa veď sama vieš že toto by neprešlo a výmenný lístok podľa zákona nemusí byť v obálke - zatiaľ je našťastie klúd, stále hľadám robotu, nech je ubytovanie, nech idem preč a nech preruším všetky kontakty. Takže toľko môj posledný polrok.

## Udalosti po pojednávaní v júni až auguste 2019

Čo sa týka mňa a situácie u nás doma, po tom všetkom, ako bola vec vyriešená v zmierni, ma trápi a sužuje, že som sa mala ozvať, mala som povedať, že som to urobila preto, pretože mi bolo opakovane narušované súkromie a že to vždy bolo popreté, keď som na to upozornila, a že som psychicky týraná spolu s ostatnými a chcela som to riešiť, je mi smutno, že obeť domáceho násillia v tomto štáte nemajú prakticky žiadnu ochranu, keď som ich oboch videla usmiatych, prišlo mi zle, veď som ti písala, ako som za dverami počula kričať mamu o tom, že som bola na kadejakých vyšetreniach, nuž a ja neviem, ako si to mám vyložiť, či dobre či zle. Nuž, po tom všetkom prvé týždne boli také, že zo strany mamy bol deň, kedy bola hrozná, kedy tá prehnaná kritika bola na každom kroku a na ďalší deň bolo zase všetko dobré a úžasné, čisté psycho, ja som sa tvárila neutrálne a bola som pokojná a odpovedala som sedliackou logikou. Tak to bolo viackrát na striedačku, potom nadišiel deň otcov, kedy mama na mňa nakričala, prečo som salám nedala do chladničky, keď som ju mala otvorenú a vyberala som si z nej veci na raňajky (pričom hovorí, aby chladnička nebola dlho otvorená), ja som mala napätie po tom všetkom a išla som sa najesť hore, najskôr som plakala na záchode a snažila som sa ukludniť, ale o krátku chvíľu prišla Viťa, vrela, že ma počula plakať, aj keď som to poprela a hodila na mňa vedrá plné sračiek typu prečo som k mame taká odmeraná, prečo si ju nevážim a mala by som si ju vážiť, na čo som jej povedala, nech sem príde na mesiac a pochopí, že ona tu už aj tak nechodí a chodí len cez víkendy a že ona nevidí, čo sa tu skutočne deje, plakala som aj kvôli strate ocka, Viťa na mňa hodila vinu, pourážala ma, vinila ocka za to, že zomrel a tiež ho urážala a potom ma išla objatť so slovami, že som sa mala vyplakať predtým a nie teraz, čo ti poviem, bolo to hrozné. Po tomto mojom výbuchu mama nasadila trojtýždennú láskyplnú vsuvku, z ktorej mi fakt už bolo na vracanie, odkedy viem, že je to len čistá manipulácia a že to len hrá, opäť som ju ignorovala a radšej som s ňou trávila čo najmenej času. Edo je furt sprostý aj na mňa, aj na babku a Viťa je taká, že sa snaží z babky dostať čo najviac informácií, aby ich mohla použiť proti mne. Počas júla si babka vzala dvojtýždennú dovolenku, počas prvého týždňa išla do Bardejovských kúpeľov a počas druhého týždňa bola doma. Počas toho prvého týždňa si Edo s mamou vzali dovolenku, tak sa počas dňa často hádali ako starí manželia, tým, že mama mala tú pozornosť od Eda a ja som ju totálne ignorovala, tak mi dala našťastie pokoj, dokonca v piatok išli na výlet do Kežmarku a ja som s nimi nešla (aj keď ma bbaka presviedčala, nech idem, odmietla som, lebo som presne vedela, ako by to vyzeralo) a išla so mdo kina na film Yesterday, ktorý som si náramne užila. S babkou je to horšie, často mi hovorí, čo mám robiť a ako to mám robiť a keď jej poviem, nech s tým prestane, že mi to vadí, tak na chvíľku je pokoj, ale potom mi to robí znova, mama si všimla, že mi to vadí, tak aj ona mi začala ku každej maličkosti hovoriť, ako ju mám robiť a čo mám robiť, je to hnus na ntú, čo ti budem hovoriť. Inak babka je na mňa fajn, keď sa správam presne podľa jej želaní, ale stačí, že niečo neurobím tak alebo sa nesprávam tak, ako ona chce, tak už spochybňuje môj zdravotný stav, výsledky z psychotestov stále nemám, lebo keď som si s pani dohodla termín niekedy najskôr koncom júla, tak sa so mnou len zhovárala, a potom sme si dohodli ďalší termín v prvý augustový týždeň, lenže pani to celé poplietla a v deň, keď som prišla, mi bolo povedané, že som mala prísť včera, pričom som sa jej dvakrát pýtala a na presný dátum a ona mi ho potvrdila, nuž a keď sa babka na mňa naštve, tak už hovorí veci typu, že by som so zajacom nemala byť tak dlho, potom povedala vetu, po ktorej som sa rozplakala a nechcela som, aby sa ku mne priblížila, povedala som jej, že k nej nejdem, ale ona prišla a potom som jej povedala, nech mi nikdy v živote už nič také nehovorí a že nech mi vôbec nehovorí nič o spochybňovaní môjho zdravotného stavu, na čo povedala, že dobre a vysvetlili sme si to, no. V týždeň, keď bola babka doma, tak si volala návštevy, vždy s niekým telefonovala, takže o program mala postarané, ja som s ňou tiež trávila čas, aj keď v obmedzenom režime, pretože od júna ma trápi zdravie. zažívam také

opakované etapy, kedy na mňa doľahne hrozná únava, kedy som akoby taká vyprahnutá a prázdna, a potom sa nejako ten elán na ten týždeň vráti a potom tá únava sa objaví znova. Aj minulý augustový týždeň som to tak mala, bola som unavená a vyčerpaná počas dňa, aj keď som toho až tak veľa počas dňa neurobila a až od tejto nedele som sa začala cítiť našťastie lepšie. Niekedy od prelomu konca júla až začiatkom augusta sa ma mama opäť snaží pravidelne vyprovokovať k hádke, a sa už nedám, odpovedám pokojne, nevšímam si ju a ju to rozčuluje, najmä keď sa ma na niečo opýta a ja jej poviem, nech si to urobí tak, ako chce, tak ju to dosť rozčúli a už na mňa nakričí a ja som radšej ticho a potom čo najskôr odídem z miestnosti. Keď ma kritizuje, tak jej odpoviem niečo v zmysle, že to beriem na vedomie, že sa jej to nepáči a podobne, napríklad ju rozčúlilo, keď som išla na rehabilitáciu za pani doktorkou, aby mi napísala lekársku správu (poslala ma do fitka na inej ulici, kde mi tie cviky nastavia), dala som jej výmenný lístok, takže mi to bude hrať poisťovňa (s babkou sme to dohodli ešte v júni) a mama mi potom hovorila, prečo som tam išla sama, prečo som sa s ňou neporadila, že by som mala exkluzívny servis, lebo ona sa s nimi pozná a že jej dlhujú láskavosť a že teraz si za to budem musieť platiť, ja som povedala, že OK, išla som vedľa do špajze, aby som to predýchala a nereagovala emočne, a keď sa ma opýtala, koľko budem platiť, po mojej odpovedi, že nič, lebo mám od lekára výmenný lístok, ostala ticho.

Výsledky psychotestov budem mať snáď v septembri, lebo pani má do konca augusta dovolenku a mám sa jej ozvať v prvom septembrovom týždni. V júni som bola s Denou (moja teta, bohužiaľ, praktický lekár, veľmi čudná povaha a osoba, má také stavy, že ak niečo nie je podľa nej, tak vytvorí psychický nátlak, predstiera, že jej je zle, kričí, a veľakrát sa vyhrážala, že si niečo urobí, raz sa vyhrážala, že skočí z balkóna, a ocko jej pokojne povedal, že nech skočí, a ona ostala šokovaná a nič nakoniec neurobila), bola som u neurológa, jej známeho, bola som tam dosť nervózna, lebo Dena mu hovorila nezmysly, ktoré neboli pravdivé (našla som lekárske správy z obdobia krátko po mojom narodení a tajne som mu ich potom dodatočne priniesla), zistil tam len maličkosti, ktoré nie sú závažné, tým je slabší stisk pravej ruky, ktorý sa upraví rehabilitáciou, hypermobilita a vzruchy, ktoré môžu stáť za tetániou, vypísal mi žiadanku na magnetickú rezonanciu, idem na ňu dnes o 17:40, tak mi držte obaja prosím palce, nech to dobre dopadne.

Edo je furt sprostý, Viťa tu chodí s deťmi (síce nie každý víkend, ale chodí, tak mama aspoň zahrá pred ňou divadielko) a babka je taká, že je síce rada, že sa jej venujem, ale nepáči sa jej, ako sa na jej vkus prehnane venujem Filipkovi, chodíme len na prechádzky počas dňa, mojším a túlim sa s ním, začal mať obdobie, kedy si ľahne na koberec s natiahnutými labkami a strká mi hlavičku do dlane, ak ho prestanem hladkať, opäť podstrčí noštek k mojej dlani, a dlho mi líže obe ruky až po predlaktia, je jednoducho úžasný. babke sa nepáči, ako sa mu často prihovám a hovorí mu, aký je úžasný a aká som rada, že ho mám, že sa na ňom nahlas a schuti zasmiejem, keď urobí opičinku, aby ma rozosmial, vadí to aj Edovi, ktorý zavrie dvere svojej izby s krikom, že sa to nedá počúvať, a vadí to aj mame so slovami, že ja ho raz rozmaznám alebo že by som ho už mala dať dnu. Hrozné, konečne mám pri sebe niekoho, kto mi je oporou, kto mi veľmi chýbal a namiesto toho, aby sa so mnou tešili, aby sa tešili z mojej radosti, akú ma Filipko robí šťastnou a spokojnou, tak ešte aj toto je zlé. Na celý budúci týždeň si mama vzala dovolenku, takže ju budem mať doma, mám strach, ako to s ňou zvládnem, budem ju jednoducho ignorovať a ak bude veľmi sprostá, budem chodiť do mesta a zdržím sa tam až do večera.

Napísala som ti to preto, pretože som to už jednoducho musela zo seba dostať, aby si videla, čo sa u nás deje, a aj preto, lebo mi chýba niekto nablízku, kto si ma len vypočuje, objíma ma a upokojí so slovami som tu pre teba, bude dobre, všetko dobre dopadne, v noci ma prepadne úzkosť a taký ťaživý pocit na hrudi, nie každú noc, ale na môj vkus sa to deje nejako častejšie a to už nepíšem o tom, že som minulý týždeň nemohla vôbec zaspať, Filipko je na chodbe, aby mu bolo dobre a aby sa aj Edo vyspal, dobre som sa vyspala až tento víkend.



19. august 2019 - po vyšetrení na magnetickej rezonancii:

Tak mám to za sebou, výsledky budem mať v piatok, pôjdem si po ne. Čakala som hodinu, kým som prišla na rad, lebo pani mi najskôr povedala, že jej kolegyňa poplietla registráciu, že som mala prísť v stredu, ale dala mi kartičku s číslom a počkala som, to sa môže stať len mne. Sama som zvedavá, aké budú výsledky, mám z toho strach, že čo ak tam niečo bude, čo ak tam bude zhubný nádor, o ktorom zatiaľ neviem alebo čo ak sa tam ukáže nejaké postihnutie mozgu, uf, radšej sa na to budem pokúšať nemyslieť, ale bojím sa, no.

Vyšetrenie bolo nepríjemné, bola som v takej obruči a 10 minút som mala ležať bez pohnutia a dali mi slúchadlá na uši, najskôr bol pocit, že nemôžem dýchať, ale ten rýchlo pominul, potom som cítila len také napätie, potom úľavu a v posledných minútach som si už myslela, že to nevydržím, ten hluk bol strašný, silný a nepríjemný, o 20 minút som bola von z miestnosti. A do toho ma prepadol smútok z toho, ako som sa na tom vyšetrení cítila sama, pretože mi bolo naozaj nepríjemne a potrebovala som mať nablízku aspoň niekoho, kto by ma chytil za ruku a podporil ma, povzbudil, chýba mi pohladenie, dotyk, objatie, tieto pocity sa vo mne spustili potom, ako v čakárni išla predomnou jedna slečna a s ňou išiel aj jej priateľ, videla som ich, akí boli na seba nežní, ako ju jej partner upokojoval a keď som potom vošla do miestnosti na vyšetrenie, videla som, ako priateľ toho dievčaťa ju objímal a vyviedol vonku v objatí, keď bolo po všetkom, bola z toho rozrušená a on ju objímal. prišlo mi to milé a jednoducho ma prepadol smútok, aj keď bol so mnou Edo, ten len sedel v čakárni a dokopy sme si medzi sebou nepovedali poriadne žiadne slovo. Keď sme potom prišli domov, večera bola fajn, ale keď som pustila vonku Filipka a tešila som sa z jeho prítomnosti a smiala som sa z neho a babka povedala, nech sa toľko nesmejem, tak som na ňu zvýšila hlas a povedala som jej, že sa zo mňa a z Filipka bude tešiť, potom sa do toho zapojil Edo, že ten môj smiech je protivný a že sa nedá počúvať, tak som aj na neho zvýšila hlas, že konečne mám pri sebe niekoho, kto mi robí radosť a oni sa budú tešiť spolu so mnou, že môj smiech je taký, aký je, taký spontánny, a tak to je a inak to nebude a že na nich seriem..Keď mi babka povedala, že dúfa, že sa jej za to pôjdem ospravedlniť, tak ja som povedala, že nie, že už mám dosť toho, ako mi hovorí, aby som sa nesmiala a keď mi babka povedala tie jej hlúpe slová a ovládanie, tak som jej povedala, že jej jebem na jej ovládanie a skončila som. Teraz je tichá domácnosť, ale ja sa nikomu nebudem doprosovať, už mám toho dosť, do piče.

28. október 2019:

Mala som tu najskôr mamu, potom babku a minulý týždeň som mala taký, že som sa venovala aj svojim veciam a aj veciam pre druhých. Takže teraz k tomu len stručne, lebo naozaj sa toho až tak veľa neudialo. Pred 3 týždňami si mama vzala dovolenku od utorka do piatka na veľké upratovanie, umývala okná, vytierala, vysávala, ja som aj s niečím pomohla, ak niečo odo mňa chcela, ak nič nehovorila, robila som si svoje. Počas celého utorka sa ma snažila vyprovokovať k hádkke a aby som vybuchla, ale ja som jej na to už neskočila, a ako som ti volala ešte v apríli, keď som ju tu tiež mala tri týždne a počas prvých 4 dní ma chcela vyprovokovať a ja som sa nedala a ona to potom vzdala a našla si niekoho iného, alebo aj v lete, kedy bol s ňou doma brat počas celého týždňa a tak si mala do koho rypnúť, tak tentoraz ju to prestalo baviť už po prvom dni, kedy som sa v stredu ráno dozvedela, aby som išla kúpiť pečivo, pretože príde Viťuška s Adamkom a ja som sa v duchu zasmiala, že aké je to okaté a uľavilo sa mi, že mi dá pokoj, Viťuška tu potom bola až do konca týždňa a cez víkend tu aj s deťmi prespala, takže bolo veselo.

A ukázalo sa, že som ohľadom jedného človeka mala pravdu, dlhé roky mi bol odporný a niečo mi na ňom nesedelo, a keď tu bola Viť'a, tak sme zistili, že Dena mala záľusk na náš dom, lebo bola na katastri a našla tam kúpnopredajnú zmluvu, vďaka ktorej je dom mamin, lebo jej babka prepísala

svoju časť domu, Dena veľmi zúrila a kričala, lebo si pobrala pôžičky a ako nemá peniaze, a my sme pochopili, že chcela domom ručiť za jednu pôžičku a ak by sa dom neprepísal, tak by prišli exekútori a zhabali by nám dom. A práve ten človek ju naviedol do tej lakomosti, lebo je veľmi na peniaze a to kvôli nemu sa tak zmenila. Veď tu raz u nás na Vianoce boli aj jeho deti a on im ukazoval celý dom, sestere došlo, že to bolo kvôli tomu, že už vtedy si robil záľusk na náš dom, a našťastie sa nám ho podarilo zachrániť.

Pred dvoma týždňami som tu mala babku, lebo boli opäť bez prúdu a nedalo sa im ordinovať počas tých 3 dní, raz babka prišla domov o 10 a v ďalšie dni už o 9. Dohodli sme sa na návšteve nákupných centier, jedno sme navštívili v stredu a druhé vo štvrtok, pretože som si potrebovala kúpiť veci, ktoré som už potrebovala 2-3 roky a vždy sa na to potom zabudlo, a tak mám prechodné topánky na jeseň (s mojou dlhou a úzkou nohou je veľký problém zohnať topánky, poskúšala som dosť párov a buď boli široké alebo veľmi úzke alebo chodidlo v nich nebolo stabilné) a jesennú prechodnú bundu, lebo som mala len bundy na chladnejšie obdobie. Bola som babke oporou, uvedomila som si, ako tie centrá nie sú stavané pre starších ľudí, lebo chýbajú sedačky a podlaha je kĺzka, babka sedela buď na sedačke pred obchodom a ja som sa jej ukazovala z obchodu alebo boli sedačky len v kabínke, najviac ich bolo len v obuvi. Babka sa ma vždy chytia pod podpazušie, dovedla som ju k sedačke, potom na toalety a na obed sme išli domov taxikom a niečo sme si objednali. Bolo to fajn.

Minulý týždeň bol taký, že som si užívala teplo a chodila som s Filipkom na prechádzky na našu záhradu a aj k susedom, keď som im povedala ešte v júni, že mám zajka, tak odvtedy k nim chodím a vždy ho vrelo privítali, raz sa aj Filipko sám k nim pýtal, keď sám išiel dopredu a ukazoval mi na bránu a tak som ho vzala na ruky a išli sme. Babke som z mesta nosila lieky a všetko, čo potrebovala a aj keď bolo potrebné kúpiť kávu alebo časopisy, prípadne niečo pre Filipka. Aj som poposielala CV s prílohami a túto stredu mám pohovor v Prešove.

Edo je stále taký istý drzáň, Viťa je v pohode, a mamu ani nekomentujem, vždy sa ma kritikou a neustálym poučovaním snažila vyprovokovať, ale nedala som sa, a keď som sa rozhodla, že dám počítač do servisu na pravidelnú údržbu, či je všetko v poriadku a technik hneď v piatok zistil, že všetko je OK, tak sa mi veľmi ul'avilo a mama od štvrtka nasadila láskyplnú vsuvku, pretože dostala podozrenie, vieš si domyslieť, prečo, aj keď nemám nič nachystané, aj mi v ten deň mama s Edom hovorili, že oni nevedia, čo si pozerám, že sa to nedá skontrolovať, že sa len môžu spoliehať na to, že si s nikým nepíšem (čo ani nerobím, najviac aktívna som v jednom kurze, mali sme výzvu, ktorú som poctivo splnila, lebo ako odmenou je cena, ktorú chcem veľmi vyhrať a aj som to počas roka viackrát dala najavo) a že na Facebook môžem chodiť, len si tam nemám s nikým písať. Zrazu, vedela som, že im nemôžem veriť ani slovo, lebo nič na mňa nemajú, aj keď som si doma niečo pozerala, použila som anonymný prehliadač, ktorý spoľahlivo chráni súkromie a nezanecháva stopy. Ale FB je naozaj minimálny a števe ma to, už aby som bola voľná a slobodná a robila som si to, čo chcem a žila tak, ako chcem.

Tak to je všetko, majte sa krásne a už aby sme sa spolu niekde stretli, aj doma, aby ste bližšie spoznali Filipka. Je to neskutočné zlatičko, veľa ma učí, trávime spolu veľa času hraním, behaním a hladkaním na koberci a aj u babky v izbe, kedy po mne loží a oblizuje mi ruky, chodí za mnou, keď som išla do pivnice babke po vodu a zavrela som dvere a vrátila som sa, on na mňa poslušne čakal a ani sa nepohol.

Počas novembra mala matka zase krásne obdobie a počas decembra sme netrávili takmer žiadny čas, ďalší záznam je z 31.decembra 2019:

Stručne zhrniem, čo sa udialo po našom poslednom telefonáte, to som mala krátko pred stretnutím so spolužiakmi zo strednej školy po 10 rokoch. Stretko bolo super, bolo nás tam 16, prišiel aj triedny, veľa z nich už malo svoje rodiny, á sa povedať, že takmer všetci a prekvapilo ma, že sa takmer všetci usadili v rodnom meste a debata sa točila najmä okolo práce a detí, každý z nich o sebe povedal, že pracuje v tomto odbore, že už má deti a hlavné je, že sú zdraví. Tešila som sa s nimi, zhovárala som sa síce so spolužiakmi aj s triednym, ale krátko, lebo sa bavili najmä o práci a deťoch a ja som

nemala čím prispieť a cítila som sa tam tak, že som bola akoby vzduch. Keď každý zhováral o sebe a na mňa prišiel rad ako na poslednú a Edo bol našťastie vtedy na záchode, tak som sa priznala spolužiakom, že ma veľmi teší, akí sú šťastní a ako našli svoj zmysel v živote a ja mám žiaľ pocit, že som v živote zlyhala, pretože nemám ani prácu ani priateľov ani partnera, spolužiaci boli na mňa veľmi milí, jeden z nich mi povedal, že to všetko príde postupne, ďalší na to, že hlavy hore, nevzdávajú to, a ďalší na to, že pozitívne myslenie. Všetci sme sa po príchode a aj po odchode vyobjímali a vybozkávali a prišlo mi tak ľúto, že som vtedy počas školy nemala ako s nimi nadviazať priateľstvo, keďže bola samá prehnaná kontrola na každom kroku a hneď po škole nás oboch čakalo auto, vždy to bolo len dom-auto-škola-auto-dom a tak to išlo celé 4 roky. Vtedy som k matke pocítila nenávisť a mám kvôli čomu a prečo, lebo som kvôli nej prišla o roky, ktoré mohli byť jednými z najkrajších v mojom živote, a ja vtedy mladá, hlúpa a naivná som sa jej nevedela brániť. Keď aj spolužiaci rozprávali o zážitkoch, ktoré zažili po vyučovaní, tak som sa na matku strašne vo vnútri nahnevala, nič som jej o tom nepovedala, lebo aj tak by to nemalo zmysel, iba by to použila proti mne. Ešte, že mám Filipka, ten mi na ďalší deň hneď zlepšil náladu.

Na Štedrý deň ma skolila chrípka, bola som z toho smutná, pretože som mala upchatý nos a bola mi zima, babka mi poradila dobré kvapky, mama len sucho skonštatovala, nech si vezmem paralen, ktorý som si vzala už predtým. Počas dňa bol našťastie klúd a matka hrala pred Viťou divadielko o úžasnej a vysmiatej babke, a keď nastal čas rozbaľovania darčiekov, tak ma podchytil smútok, neviem, prečo, z toho, že Vianoce už nie sú také, aké boli kedysi, najviac darčiekov dostali deti, ale to je vedľajšie, ja som dostala tak akurát, aj Edo s Viťou, len sa potom museli ísť viaceré veci po sviatkoch vymeniť nielen u mňa, ale aj u ostatných kvôli zlému odhadu veľkosti. Počas rozbaľovania darčiekov aj večere mi bola zima a ten smútok nie a nie odísť, taký pocit, že aj keď si obklopená ľuďmi, tak sa cítiš sama a opustená a akoby vyvrhnutá. Jedlo bolo super, len som sa z neho nejako netešila, aj keď som sa tvárila, že je všetko OK a na otázky, čo mi je, som povedala, že je mi zima a že som prechladla. Po večeri som trávila čas s Filipkom, ktorý bol naozaj zlatúšik, a večer som išla spať.

Na prvý sviatok vianočný ma prepadol ráno smútok, bolelo ma celé telo a ťahalo ma na spanie, tak som si krátko po raňajkách išla ľahnúť, Viťa s deťmi u nás spali do Štefana, tak keď ma videla Viťa, opýtala sa, či to už nepreháňam a aj Edo mal hlúpu poznámku, niečo v tom zmysle, že či to musím spať, keď som ho popýtala, či by privrel dvere, aby som si išla ľahnúť, tak bol sprostý, ale krátko na to zasvietilo vonku slniečko a tak sa vybral s deťmi aj s Viťou na záhradu, ja som ležala v posteli so svojim smútkom a ťažbou, cítila som sa veľmi sama a opustená, a krátko na to prišla babka, abu mi dala pusku na čelo a pýtala sa ma, ako mi je, ako sa mám, bola veľmi empatická, a mňa ten smútok zrazu prešiel, pretože presne toto som potrebovala: mať niekoho nablízku, kto sa o mňa zaujíma a komu nie je ľahostajný môj zdravotný stav. V ten deň som na radu babky užila antibiotiká, kvapky do nosa, a bolo mi našťastie lepšie. Veľa času som trávila s Filipkom a s babkou, tak už mi bolo super a bola som plná elánu a sily a tak to bol oaj na Štefana, s Viťou a s deťmi a Edom som čas netrávila, aby som na radu matky nenakazila deti, tak mi to padlo vhod. Je to čudné, ale vôbec po prvýkrát som cítila odpor počas balenia darčiekov, že som ich mala dať práve matke, Edovi, Viti, Nanymu, bolo mi z toho zle. matka po celý čas pred deťmi a Viťou hrala divadielko úžasnej ženskej a babičky, bolo mi z nej zle.

V období po Vianociach matka opäť ukázala a prejavila svoju pravú povahu, kedy sa ma snažila vyprovokovať, aj Eda a babku, začalo to tým, že som mala ísť po babku do mesta, a ja som povedala, že nejdem, lebo som bola na antibiotikách a necítila som sa dobre, matka na to, že vôbec nevyzerám choro a že som ju sklamala, že som nechcela ísť po baku, nakoniec po ňu išiel Edo s autom, tak to dopadlo pre babku lepšie. Po celý čas som s matkou trávila čo najmenej času, takmer vôbec som sa s ňou nebavila a ak aj áno, tak len suchým konštatovaním a sedliackou logikou. Včera večer, bohužiaľ, matka nakričala na babku kvôli tomu, že jej povedala, že je v dome zima a že by sa malo nejako upraviť kúrenie, aby tu bolo teplo, matka na ňu tak vyletela, že to bolo počuť na celý dom, pourážala ju až tak, že babka s plačom zvažuje, že zruší celú kúpnopredajnú zmluvu na dom, teda právnička jej

poradila, nech s tým len maku postraší, aby dostala strach. Bola som večer pri nej aj s Filipkom, a keď ma popýtala o spravenie večere, rýchlo som ju išla urobiť, už boli v kuchyni hlúpe pripomienky, keď som umývala špinavý hrnček a boli reči, že neverí, že nie je umytý, a ja som len sucho povedala, že už je umytý. Keď som sa vrátila hore, babka bola nadšená z Filipka, lebo prosil na zadných labkách o jablčko a ona to na ňom zbožňuje a aj ho pekne vyhladkala. Potom mi hovorila o jednom sne, ktorý sa jej sníval, podala som jej snár a symboly presne upozornili na hádky a slzy. Dnes na Silvestra je od rána tichá domácnosť, našťastie, aspoň je klud, po príchode detí a Viti už zase hrala pred nimi divadielko, a rýchlo som obalila ryby a rezne. Tak to je všetko, také boli Vianoce, tým, že som s nimi netrávila čas a Filipko mi bol a stále je veľkou oporou, tak boli také pokojné a radostnejšie. Ahoj v novom roku.

28. január 2020

Ahojte. Potrebujem s vami zdieľať skúsenosť zo včerajšieho večera, jednoducho sa mi pripomína, musím na ňu myslieť a zatiaľ nedokážem pochopiť, čo mi táto skúsenosť prišla ukázať a čo ma mala naučiť. Ťažko sa mi o tom píše, pretože ide o dosť nepríjemnú skúsenosť, ale potrebujem ju s vami zdieľať, aby som nepocit'ovala ťažobu na duši. Ide o to, že od stredy minulého týždňa som nemala pravidelnú stolicu, jednoducho nešlo to, povedala som o tom babke, ktorá je lekárka a ktorú aj obdivujem za to, aká je empatická, starostlivá a ako vždy prišla na správnu diagnózu, nuž povedala som jej o tom a ona mi poradila, čo a ako a ešte sa aj radila so svojimi známymi a ešte v piatok mi pri nahmataní brucha povedala, že to vyzerá, že budem potrebovať ísť do nemocnice na klystír. Dozvedela sa o tom aj matka a tá len bagatelizovala môj stav so slovami, že to s babkou preháname a že mi dá lieky a že bude a ešte aj mne povedala, že bagatelizujem môj zdravotný stav, aj mi povedala, čo mám užívať, vlastne som dokopy užívala sirup, babka mi večer dala kvapky a ešte som si do jogurtu dala amarantove perličky, ktoré sú plné vlákniny a dostať ich v obchode so zdravou výživou, do toho prišla aj rada od babky, nech pijem veľa tekutín, čo sa aj stalo. Lenže sa to nezlepšovalo, stolica bola dosť tvrdá, aj keď som matke povedala, koľko toho bolo, tak ona si to preložila tak, že už je dobre a že toho bolo veľa a že sa mi uľavilo. Lenže stolica postupne zmäkla až v pondelok, čím mi ale žiaľ spôsobila prekážku v tráviacom trakte a babka mi pri nahmataní brucha a po porade s ďalšou lekárkou oznámila, že musím ísť okamžite do nemocnice, lebo ráno bude zle. Ešte sa aj odohrala nepríjemná hádka medzi ňou a matkou, kedy jej matka vykričala kadejaké nezmysly a urážky a ešte so slovami, že tam bude plno ľudí a že tri hodiny tam bude čakať, babka bola našťastie neoblomná a tak ma brat o deviatej večer odviezol do nemocnice. Nebol v nej takmer žiadny pacient, urobili mi úvodné vyšetrenie, hneď ma poslali so žiadankou na rentgen, na ktorom sa ukázalo aj to, že črevo už atrofovalo a po ňom som hneď absolvovala klystír, ktorý našťastie zabral, ale trvalo to nejaký čas a našťastie sa mi uľavilo. Brat mi držal veci a postupne informoval matku o tom, čo sa udialo a po ukončení mi podal fľašu s kolou, ktorá ma naozaj prebrala, pretože som bola vyčerpaná. Domov sme sa vrátili o dve hodiny. O jedenástej večer matka sedela v obývačke, zvitála som sa s ňou a povedala mi, že babka nezvládla situáciu a že ju podcenila a že ak budem mať hocijaký problém, mám prísť. Lenže nebyť babky, tak by som tu už asi nebola a bohužiaľ, matka by mi asi privodila smrť. Koľkokrát som matke hovorila o tom, ako sa cítim a ona mi buď povedala, že nebuď padavka, preháňaj to a vezmi si liek alebo vetu, že ty si si to vymyslela, tebe nič nie je alebo vetu, že veď ty vôbec nevyzeráš choro. V utorok ráno som sa stretla s babkou a povedala som jej o tom, čo mi povedala matka, obe vieme, aká je pravda a zhovárali sme sa o tom a nakoniec ma babka prekvapila poznámkou, že kvôli tomu, aká matka je, nemá žiadne kamošky. Čo ma šokovalo, pretože vždy hovorí o tom, koľkých ľudí pozná a aj pred okolím sa tvári ako niekto, koho všetci zbožňujú a s kým chodí na kávu a podobne. Počas celého dňa mi matka nezavolała a ani ma neprišla pozrieť. Za to babka mi ráno uvarila čaj, poradila mi, aké jedlo mám konzumovať, pravidelne mi volala s otázkou, ako sa mám, keď ma ťahal na spánok, tak mi povedala, nech si idem pospať a ešte ma aj zakryla dekou a dala mi pusú a napokon ma po 3 hodinách išla zobudiť, aby som sa navečerala a uvarila som sebe aj jej čaj. Večer sme strávili spolu s Filipkom, ktorý nám urobil neskutočnú radosť.

A matka mi večer len zopakovala, že to babka nezvládla a že podcenila situáciu a že aj ja som podcenila svoj zdravotný stav. Čo vám poviem, neviem, čo si mám o tom myslieť, cez deň som si poplakala, povedala som o tom vzdialenej rodine, ktorá mi povedala, že Deniska, musíš ísť medzi ľuďmi, lebo sa tam zblázniš, tam sa vždy medzi sebou kusali, že na mňa myslia a pýtajú sa, či nie je nejaké voľné pracovné miesto, ja som so slzami v očiach povedala, že musím ísť aj celkovo preč od matky a že po mojom odchode bude rózny no contact do konca jej života. Takže toľko, potrebujem vidieť nestranný pohľad na túto situáciu a čo ma to malo naučiť. Ďakujem vám veľmi pekne, že ste si môj príspevok prečítali, že ste mu venovali váš drahocenný čas a prajem vám všetko dobré a nech sa vám darí. V tom dobrom. Zdravie je poklad najcennejší, tak si ho chráňte, lebo nebyť zdravia, nemáte to ostatné.

22. február 2020

Matka urobila psycho kvôli neometenej pavučine v izbe a nespláchnutému toaletnému papieru, začala ma buzerovať ohľadom upratovania, ako nič nerobím, a potom aj vysávania, lebo keď som začala vysávať, tak nebola spokojná a kričala na mňa a tak som jej prenechala vysávača a išla som dole robiť iné veci, vadila sa a kričala na babku, jasné, že zase hovorila o mojom zdravotnom stave a somariny, a nakoniec mi povedala, že buď si do pol roka nájdem prácu alebo mi ju nájdu oni a ja nastúpim, na čo som povedala, že na to nepristúpim, ona na to, že budem musieť, ja na to, že keď bude práca, tak bude. Potrebuje prachy, lebo ich minula na blbosti a už začiatkom mesiaca som si hovorila, no ty, čo hovoríš, že nemáš dost peňazí, si si kúpila také veci, tak som zvedavá, kedy tu budeš bedákať, že potrebuješ prachy. Nuž a stalo sa. Večer som cítila veľmi silnú úzkosť, snažila som sa ju spracovať a potlačiť, ukľudniť sa, jednoducho takto to ísť ďalej nemôže, prečítala som si, že takí ľudia s narcizmom nikdy nevedeli vyjsť s peniazmi (majú dlhy, sú v exekúcii, partner im všetko platí a o všetko sa stará, sú strašne lakomí, nikdy nemajú dost na naplnenie svojich narcistických potrieb) a že ma bude chcieť zastrašiť, a že sa nemám nechať, lebo sa mi bude vyhrážať s vecami, ktoré koľkokrát právne a reálne nie je možné vôbec urobiť.

Marec – august 2020

Matka bola od začiatku marca na maródke, prvé 2 týždne sa s ňou ešte dali v pohode, nakoľko sme sa často míňali (chodila ku kaderníkovi, na manikúru, masáž) a ja som svoju pozornosť venovala správam o vytváraní novej vlády a sledovala som tlačové konferencie našich vládnych činiteľov, aby som nemusela myslieť na to, že matka je tu. Celkovo keď som svoju pozornosť zamerala a niečo celkom iné a venovala som sa tomu, tak mi bolo lepšie a venovala som sa aj tomu, čo mi robilo radosť, Filipka nemusím spomínať, je to zlatičko a veľký učiteľ.

Ešte som s ním pred zavedením opatrení stihla zájsť k veterinárovi na očkovanie a odčervenie, zmenila som veterinára a som s ním veľmi spokojná, bola tam príjemná nálada, stretla som sa s milou sestričkou, ktorá tam bola ešte v januári, kedy som bola dať Filipkovi ostriať pazúriky a keď som sa opýtala na vhodné krmivo, pani doktorka (oni sú dvaja so samostatnou ambulanciou, manželský pár) sa išla pozrieť vzadu do skladu a zrazu som odtiaľ počula mladý ženský nadšený hlas "máme tu zajačika?", prišla tá slečna a pýtala sa na Filipka, ja som jej ho vybrala z prepravky, aby si ho pohladkala, a pýtala sa či je to on či ona a že akú má vyhladkanú srst' a že je to baran a aký je krásny, bola z neho taká nadšená, bola tam taká úprimná radosť, že aj ja som mala radosť a dodnes na tú príhodu spomínam. A v čakárni som ju znova stretla a povedala som jej o tej príhode a ako na to dodnes myslím a akú mi to urobilo radosť, a ona sa tiež potešila. V čakárni som vnímala toľko lásky, nehy a radosti, vedľa mňa sedel pán s maličkým 2 mesačným čiernym mláďatom kokeršpaniela, ktorý mal zlaté veľké oči a tie sa pozerali aj na mňa a dojalo ma to, že aké maličké

mláďatko plné očakávaní z objavovania sveta. Veterinár bol veľmi milý a ústretový, Filipka krásne prezrel, všetko mi vysvetlil, zaočkoval ho a odčervil, zaplatila som pri pultíku v čakárni a odišla som. Čo ti poviem, tá nálada tam bola úžasná, taká ústretovosť, láskavosť a toľko lásky som už dlho nezažila. A keď som prišla domov, čakal ma pohrdavý a drzý tón matky: "kde si toľko bola?", dobre vedela, kam idem, doma bola aj Viť'a s deťmi, tak som povedala, že je zaočkovaný a odčervенý. A keď som bola v izbe, tak som si trochu poplakala, potrebovala som zo seba dostať tie emócie. A o deň na to mi Edo povedal, že otravujem svojim smiechom, už celý rok. Smutné, veď v harmonickej rodine by boli šťastní a tú radosť z Filipka by zdieľali so mnou.

Od zavedenia mimoriadnych opatrení Edo pracuje z domu a to až doteraz (hovorilo sa u nich už v júli, že by boli znova v kancelárii, ale keďže sú dovolenky, tak sa to opäť posunulo na neviem kedy), prvé 2 marcové týždne sa tu deti neukázali, chodili len cez víkendy, keď som išla na prechádzku a nevrátila som sa tak, ako dotyčná chcela, tak sa mi vyhrážala, "že kým tu s nimi bývam, tak budem robiť to, čo oni", čo som odmietla, aj keď si mlela svoje, stále som opakovala "nie", a počas 2 týždňov pred Veľkou nocou nastal z matkinej strany tlak, keď som si dovolila na jej otázku, či má ísť do roboty (na maróдке mala byť pôvodne 2 týždne) povedať, nech ide a za tým som ešte dodala, že je len na nej, ako sa rozhodne a že je to len môj názor, lenže to už nevnímala, vnímala len tú prvú časť vety a na to mi odpovedala, "že ona tak skoro do roboty nepôjde, že vidí, ako sa jej cielene vyhýbam a aký mám z nej strach", nič som na to nepovedala a odvtedy skúšala na mňa tie 2 týždne, či vybuchnem. Týždeň a pol sa ešte dal, ale k tomu koncu to už bolo dosť náročné na psychiku, keď toho kriku (a ponižovania, urážok, kritizovania za všetko) z jej strany bolo dosť veľa, lebo dostala obrazne po prstoch a dostávala rany, keď som jej v komunikácii nedávala to, o čo jej išlo (o pozornosť, emocionálnu energiu, nadradené postavenie, kontrolu nad situáciou, vysvetľovanie, obhajovanie, ospravedlňovanie), cielene som aplikovala všetky komunikačné techniky a odkedy viem, o čo ide, tak sa necítim taká bezmocná a bezbranná a až potom som mala také tie myšlienky a pochybnosti o sebe, že kedy mi už dá konečne pokoj (do toho ešte naschvál na Eda nasadila láskyplnú vsuvku, takže bol akoby jej predĺženou rukou, aby ma nasrala), a našťastie po týždni a pol prišlo také že uť, uvoľnenie, kedy s tým konečne prestala a už bolo dobre. A to som ešte pár dní pred Veľkou nocou začula, ako niekomu hovorila, že ona sa bojí ísť do roboty. Chápate? Projekcia ako vyšitá, takže má aj zo mňa strach a sama to vidím. Keď sa vtedy pred Veľkou nocou zaviedli tie opatrenia, aby sa susedia a iní členovia rodín navzájom medzi sebou nenavštevovali, tak matka v piatok večer volala Viti, pretože strašne chcela, aby tu aj s deťmi prišla, Viť'a to odmietla a trvala na svojom rozhodnutí, na čo jej matka vykričala, že "keď ona (matka) bude stará, tak sa o ňu nikto nebude starať, ona ostane sama ako prst bez rodiny a priateľov a že ju tu nikto nebude chcieť". Chápate? Presne to isté, čo roky hovorila mne. Projekcia totiž spočíva v tom, že hádže na druhého jej zlé vlastnosti a obavy a myšlienky, ktoré jej na nej veľmi vadia, aby mohla toho druhého za ne potrestať, sekírovať a vychovávať. Po Veľkej noci tu už deti a aj Viť'a chodili a ja som bola čo najviac času v izbe, aby som sa z toho dostala, lebo aj obrana je vyčerpávajúca, a našťastie 18.5 konečne nastúpila do roboty.

Čo mi veľmi pomohlo počas tohto ťažkého obdobia? Okrem Filipka to boli prechádzky na poli za domom, dávala som si aj také 3 hodinové, kedy som aj tajne cez skratku chodila do Tesca (lebo ma oblbovali s rečami, ako sa nemá chodiť do obchodov a byť tam čo najkratšie, ja som im neverila, lebo som si všetko overovala), pomohlo mi zablokovať si na FB všetky spravodajské stránky a zapojila som sa aj do jednej výzvy, ktorú som vyhrala, išlo o každodenné nachádzanie radosti a s tým súvisiace úlohy a cvičenia, pomohol mi aj kurz Srdce ženy, ktorý poctivo prechádzam a aj meditácie, po ktorých som sa dokázala ukládať a večer dobre zaspáť. Keďže Bilancia kompetencií a ani psychologička sa v tej dobe nekonali, veľmi mi pomáhala internetová poradňa ipcko, ktorú pravidelne navštevujem, ak mám nejaký hlbší problém, s ktorým si neviem rady, a aj to vypísanie sa z toho a tá podpora mi veľmi pomohla ostať nad vecou. A keď sa začiatkom mája zrušili hodiny pre

dôchodcov, bola som taká nadšená, že som dopoludnie mohla stráviť v meste nákupom potrebných vecí (a naschvál som ostávala dlhšie, že akože ušiel autobus), tá sloboda to bolo niečo úžasné a aj ako mesto postupne oživalo a videla som plné letné terasy. Našťastie mi matka dala po Veľkej noci až do toho 18.5 už pokoj, aj keď 16.5 zase urobila to "psycho" kvôli paprike a pripomenula tú hlúpu "dohodu", takže ju beriem smrteľne vážne, pretože nielen, že fakt potrebujem odtiaľ vypadnúť a nasadiť "no contact", ale je tu ešte taký paradox: ak urobíš protiopatrenia a budeš sa tváriť, že to berieš smrteľne vážne, tak máš paradoxne veľkú šancu, že to nakoniec nespraví (o čom som sa presvedčila minulý rok, keď ma strašili s tým invalidným dôchodkom a že by ma zbavili svojprávnoti, na invalidný dôchodok nemám nárok a ako to s tou svojprávnotou je sa dočítate ďalej), ak by som to len odbila s tým, že ju už poznám a že to nespraví, tak ona to pojme ako kritiku a bola by práveže veľká šanca, že by to dopadlo na moju hlavu a že by to skutočne spravila.

Čo sa dialo od 18.5, odkedy tá "matka" konečne vypadla do roboty? V prvé dni to bol taký nezvyk, že je tu konečne ticho a pokoj, strašne sa mi uľavilo, aj keď na mňa dopadla ponorka, lebo byť dlho s Edom tiež nič moc, a tak som v ten prvý týždeň chodila veľmi dlho do mesta (najmä dopoludnia) a večer som si už robila svoje veci. Od Eda som mala na narodeniny len jediné pranie a tým bolo, aby ma v ten deň zobudil veľmi skoro ráno s Filipkom v náručí. To aj urobil a ja som od dojatia mala slzy v očiach, vydávala som slová "jéj, ahojte, jéj, to bolo krásne prebudenie", v ten deň som išla do mesta, keďže bolo nádherné slnečné počasie, a popoludní som konečne po 9 mesiacoch navštívila Vasilčinových aj s Filipkom (venčila som ho po záhrade) a ponúkli ma svojim koláčom a aj koláčom od susedky. Konečne to bol jeden krásny deň a mne potom tak večer prišlo ľúto, že prečo takých krásnych dní nemôže byť viac a prečo by som mala žiadať o také krásne milé gestá, keď by to malo byť samozrejmosťou, stalo sa to nedostatkovým tovarom namiesto toho, aby to tu bolo pre mňa neustále, stále sa učím novej myšlienke a presvedčeniu, že ako prijímam lásku, tak aj dávam lásku, že o lásku sa nemusím zasluhovať, niečím si ju vydobíť, prosiť o ňu, že láska tu stále je a najmä je bezpodmienečná: jednoducho ťa mám rád a tak to je. Už aj babka ma seruje tým, že keď ja napríklad niečo hovorím a ona ma preruší a nevypočuje si ma a hovorí si svoje, ako na mne príliš visí a dusí ma a kedy hovorí "nech už konečne prídem a prečo nechodím", alebo keď sa hrám s Filipkom a ona hovorí, že nesmej sa a Deni a už reči o tom, či som psychicky v poriadku, že toto je diagnóza. Chápate? Ved' normálny človek by sa tešil z prítomnosti Filipka a je veľmi smutné, že hlúpy program v telke je dôležitejší ako to, čo ma trápi a chcem o tom povedať alebo kedy ma niečo teší a nedostanem na to vôbec priestor a ešte som zahriaknutá, že si dovoľujem sa hlasno smiať. A to už nehovorím o babkiných hlúpych rečiach, kedy ma furt komanduje, ako mám danú vec urobiť, keď som jej povedala, nech to nerobí, povedala, že to robiť nebude a o pár dní sme zase pri hnusom správaní a zase to robí a ešte ti k tomu potom povie, že ťa miluje. Ved' to nedáva zmysel: človek, ktorý ťa miluje (ako ti to tvrdí), ti nerobí veci, ktoré ti vadia a ktoré ťa bolia: nie je to v poriadku, kvôli tomu mi žiaľ koncom júla rupli pred babkou nervy, kedy som trošku zvýšila hlas a ona už na to, že vrieskam ako moja mater a že sa tak správam, na čo som sa ohradila, že ja vôbec nie som ako ona a bohužiaľ vyšlo zo mňa, že ľutujem, že som sa vtedy vrátila, vyvolali to reči ohľadom nastavenia satelitu na prízemí, kedy babke nešiel kanál a keďže ja telku a satelit nepozieram už roky, tak sa už v týchto veciach nevyznám (máme novú telku asi 2 roky a ja som na nej dokopy nič nepozerala), tak prišiel Edo a už ma urážal, že by sa to dalo inak a milšie a nebyť sprostá na babku. A čo ma najviac zo všetkého seruje, sú neustále poznámky, ktoré sú vlastne príkazmi: ešte si ani nezložím veci a už od babky reči, aby som jej rýchlo priniesla to a to, aby som urobila to a to: všetky jej reči sú príkazmi a ja, kurva, nie som žiadnym majetkom!!!! Som ľudská bytosť, ktorá si zaslúži byť milovaná, vážená, rešpektovaná, s ktorou sa bude zaobchádzať s úctou, kedy bude vo vzťahu elementárna slušnosť!!!! Akurát nedávno som si spomenula, že naposledy držal zajka v náručí po mojom zobudení ocko a trvalo 7 rokov, kým sa to zopakovalo (a to som o tom Edovi povedala, inak by to sám nespravil) alebo som si spomenula na okamih, kedy som bola pred 5 rokmi na pobyte v Sigorde a niekto cudzí sa ma ráno opýtal, ako som sa vyspala resp. či som dobre spala. Alebo kedy

som dobrú chuť počula naposledy pred 2 rokmi v práci, kedy sme si to s kolegyňkou pravidelne hovorili, a keď sa stalo, že mi priniesla vylúhovaný čaj (ja som jej ho tiež nosila), tak pre mňa to bol šok, nezvyk, alebo ak mi niečo vadilo, ja som to povedala a zariadila sa podľa toho (a bolo to vzájomné, ak aj ona chcela niečo odo mňa) a potom to už nikdy viac nezopakovala, čo bol pre mňa ďalší šok a nezvyk (krucinál, ono je to také jednoduché, stačí len o to požiadať a je to, a prečo keď to robím doma, tak sa nič nedeje a je to horšie) alebo keď ma cudzí ľudia zdravili na chodbe, kedy som bola vypočutá a moje nápady konečne niekoho zaujímali. Koľkokrát som si vtedy myslela, že chyba je vo mne, ale nie je. Strašné a smutné zároveň: že to, čo by malo byť vo vzťahu samozrejmosťou, je nedostatkovým tovarom, o ktorý sa usiluješ a ten nie a nie prísť a ešte dostávaš pravidelné čierne body za niečo, čo si nespravila, ale biele body za dobré veci už nedostávaš: Náhoda? Nemyslím si. Premyslený ťah? Áno, v toxických vzťahoch, áno, bohužiaľ. Krátko po narodeninách na mňa prišla kríza z môjho veku, kedy som silno precítila svoju smrteľnosť a objavili sa tam strachy typu či mám ešte dosť času na splnenie si mojich snov, či mi neušiel vlak, trvalo to pár dní a potom to prešlo.

V júni som konečne nabrala silu, aj keď som od začiatku júna bola taká oľapená a vyčerpaná, dokonca som zašla 5.6 na masáž, lebo ten pocit chýbania blízkosti a intimity bol hrozný (veď to boli 4 mesiace, čo ma nik neobjal) a jednoducho som potrebovala dobiť baterky. Od toho 20.6 som konečne získala späť svoju silu. Na prelome júna a júla bolo opäť "psycho" kvôli tomu, že si babka išla s tetou poriešiť veci na svojom účte, keďže jej bolo divné, že jej domov nechodia výpisy z banky, a tak tam zavolała a zistila, že matka (ako disponent jej účtu) si postupne za jej chrbtom bez jej vedomia vzala 7 tisíc eur a ešte tam bol nastavený pravidelný mesačný príkaz vo výške 300 eur a tie peniaze išli Viti na účet. To bolo vreskotu a urážok na babku. Keďže si Edo s matkou mysleli, že som v banke s babkou bola ja, nastalo dočasné obdobie pasívnej agresivity, kedy mi bolo hovorené, že na čo jej to kupuješ, nech si to kúpi sama (Edo) alebo kedy matka povedala, že predtým som ti kúpila toto a teraz som ti to, čo si napísala (napríklad drogériu alebo lístky MHD) nekúpila, bolo aj trestanie tichom a taká nevraživosť a nenávisť v ich očiach. Potom Edo s matkou skuli plán, že babku poženú do banky a že sa jej povyhrážajú exekútormi, lebo nebude z čoho platiť inkaso (že aby ju len vystrašili), ja som o tom babke povedala a ona, že dobre, nikam nepôjde, ale hneď, ako prišla, dorazil Edo a začal jej kecať nezmysly o tom, že to musí zrušiť, aby sa zaplatilo inkaso, babka volala tete, tá volala s Edom (netušila som, o čo išlo), Edo zavelil, že ideme a babke nič nepovedal a babka urobila to, že Eda dala za disponenta jej účtu, lebo si myslela, že teta jej to poradila, ale keď volala tete, tak bola z toho zhrozená, že čo to urobila, že im dala prístup k peniazom. A to potom ešte Edo volal matke, kedy pozeral na výpisy z babkinho účtu a vravel jej, že nie, o tých peniazoch, čo sme vybrali, som jej nepovedal, uhral som to, že to bola nejaká platba. Teta kontroluje pohyby na babkinom účte, babke chodia smsky za platby a s tetou vtedy uzavreli dohodu, že všetko sa bude babke hlásiť, čiže koľko peňazí sa vyberie z účtu a podobne. Pasívna agresivita u mňa vtedy prestala a oni peniaze odtiaľ nevyberajú, lenže dokedy to takto vydrží, keď matka nevie narábať s peniazmi?

Začiatkom júla som sa konečne po 9 mesiacoch ocitla v kaderníctve, vyskúšala som nové, lebo s terajšou kaderničkou (kde chodí matka a ostatní a kedy ich všetkých v apríli tajne ostrihala v jej dome) som už posledné 2 roky nebola spokojná. Na termín som síce čakala 2 mesiace a už boli reči od Viti, ktorá mi závidela, že aj ona by tam raz chcela ísť a už ma od nich odhovárala a hovorila o kadejakých zlých skúsenostiach a že oni až tak pekne nestrihajú a že je to také obyčajné a že budem sklamaná a matka mi pravidelne vyhadzovala na oči, že za ten čas som už mohla byť ostrihaná tri razy. nedala som sa, išla som tam a bola som veľmi spokojná: konečne som sa páčila sama sebe, babka s Vitou ma pochválili a matka nie (nič iné sa od nej čakať nedalo) a kaderníctvu som napísala referenciu na ich stránku na Facebooku. Posledné 2 júlové týždne bola matka znova doma a posledný júlový týždeň tu bola aj babka a tú silu som opäť stratila. Od tohto obdobia tu máme robotníkov, ktorí robia niečo na dome, menia okná v pivnici a steny, aby tam nezatekalo a robí sa aj nový múrik z oboch strán a maľba zábradlia, ešte neviem, čo tam vymysleli. V ten prvý týždeň matka s Edom



chodili po výletoch, ja som odmietla, lebo som presne vedela, ako by to tam so mnou dopadlo, a bolelo ma aj ucho (a jasné, že zo strany matky som si to zase vymyslela a nič mi nie je) a keďže mi v utorok alebo v stredu prišlo trošku nevoľno, lebo som zjedla starší chlieb a bolo mi z neho zle, tak som si išla ľahnúť a stíšila som si mobil, predtým, ako odišli na výlet, prišiel jeden z robotníkov a tak som predpokladala, že nechali otvorené, uf, to bol šok, keď mi zrazu otvoril dvere s jeho mobilom, že matka chce so mnou hovoriť a to bolo zrazu zmeškaných hovorov na mojom mobile a rečí, že čo som nešla otvoriť, teda matka hovorila, že "čo si ho nepustila a ty si tu nechala celý takto otvorený dom", čo logicky nedáva zmysel, aj som povedala, že "ved' dom bol otvorený, tak vošiel", na čo boli reči, že čo ak by to bol pedofil a znásilnil by ma, vedela som, že tu nešlo o túto tému, ale o emócie a o chaos a tak som na túto poznámku nereagovala. Čo ma ale veľmi mrzelo, boli urážajúce smsky od Viti, ktoré som zmazala a ani som na ne nereagovala, teda len na jednu z nich, že som si oddýchla a makám ako drak (písala, že si mám hľadať prácu a nie vylihovať), na čo mi prišla odpoveď, že "ak by si tak makala, ako tvrdíš, tak by si už dávno bola niekde inde". A ešte ďalšie urážlivé správy, na ktoré nemalo zmysel reagovať. Premýšľala som, prečo ma to tak zobralo, a po nejakej chvíli mi to došlo: ved' matka ma u Viti už dávno vykreslila ako lenivého človeka a klamára, ktorý vôbec nič nerobí a ktorý je k ničomu a ktorý manipuluje druhými, takže som si opakovala: false reality, false reality, a ach, Viťuška, keby si len vedela, čo ťa tu čaká, až raz odídem a ty sa sem nast'ahuješ, ja tu už nebudem, aby som ti s tým pomohla. Veľmi mi pomáha pripustiť si to emočne a tie pocity v sebe spracovať a odžiť si ich, lebo potom ma tieto veci postupne prestanú bolieť. Stalo sa to napríklad vtedy, keď som pozerala na matku, ako sa k Viti správa krásne, pekne a úžasne a ona vie, že ja sa pre to trápim, ona vie, že ma to zraňuje, ona veľmi dobre vie, že to robí preto, aby jej bolo lepšie a mňa nasrala: takže triangulácia ako vyšitá, lebo som jej takto na diaľku predávala moju emocionálnu energiu, keď som si to uvedomila, cítila som strašný hnev, ale keď som si ten hnev odžila, tak nastala strašná úľava a uvedomila som si, že toto je len dočasné divadielko, ktoré sa raz skončí a Viť'a ani nebude vedieť, ako zrazu a rázne sa to stane. V prvú augustovú nedeľu sa udialo niečo podobné, kedy mi je opakovane vyčítané, že míňam veľa vody (čo je totálny nezmysel), mala som akurát najhorší deň menštruácie, kedy som bola veľmi vyčerpaná a bolela ma hlava (od mojich narodenín ma až nejako príliš často trápí migréna so svetloplachosťou a s pocitom na vracanie, ktoré predýcham a jednoducho to len prečkám), bola som aj taká precitlivená, kedy som si aj trošku poplakala z toho všetkého, lebo Viť'a vravela, že mám depresiu a že veľmi málo chodím vonku na slnko (matka jej to určite nahovorila, takú lož), prišla ku mne babka, ja som jej povedala o menštruácii a migréne a že fakt potrebujem byť len sama, mať ticho a pokoj a že aj keby tam bola depresia, tak nie je z toho, že nechodím na slnko, ale z nedostatku lásky, ale to už Viť'a nevidí (vysvetlila som babke, čo čaká Viť'u a ona tiež na to, že tu bude veľmi nešťastná), babka ma teda po pár prehováraníach nechala samu a išla dole, aby im povedala, že je mi zle, na čo rozčúlila matku, začali sa hádať a matka rozbila pred deťmi a Viť'ou pohár. Následne prišla hore Viť'a, ja som sa maznala s Filipkom, Viť'a si umývala vlasy a začala hovoriť o tom, ako sa neskoro chodím umývať, na čo som povedala, že už sme sa dohodli, že si to dáme tak, aby sme všetci boli skôr, keď sa ma pýtala na neskorý čas, ja na to, že matka povie, že sa ide umyť, ale ja čakám 30-40 minút a ona nič nepovie a stále čakám, keď ju obhajovala, že určite ešte niečo mala, ja som povedala, že ona mi nič nepovie a ja len čakám, z čoho som u Viti cítila, že ju to prekvapilo, lebo chvíľu bola ticho. A potom sa vrátila k tej udalosti zo záhrady, že matka kvôli mne rozbila pohár a ako zo mňa babka robí hypochondra a že prišla hore kvôli tomu, aby to deti nevideli, čo robí babka matke a že čo ja vystrájam, a keď ju obhajovala, ja som hladkala Filipka a len som sa usmievala a v duchu si opakovala "false reality, false reality", na ďalšie reči bolo u mňa len, že "hej, hej" a skončili sme. Uf, keby len vedela, čo ju tu čaká...

V máji som bohužiaľ zažila situáciu, kedy som do jednej skupiny na Facebooku o manipulácii napísala trošku zo svojho príbehu (nezachádzala som do detailov) a opýtala som sa na riešenie, na čo som najskôr dostávala odpovede, že rýchlo odíďte, nasledovali odpovede, či je môj profil pravý (ja som napísala, že áno) a ešte som stihla zachytiť jeden komentár (kým ma zo skupiny vylúčili), v ktorom sa písalo, že "aby si na mňa dávali pozor, že odmietam pomoc, že týram, že nie som psychicky v poriadku, že manipulujem druhými", najskôr som nechápala, kto o mne také lži narozprával (spomínala som vám, že v minulom roku ma bez dôvodu vylúčili z takýchto 2 skupín) a až potom mi došlo, že som sa minulý rok stretla s jednou osobou v rodnom meste, ktorá bola v tých skupinách a moja rodina vtedy o tomto stretnutí vedela, pretože som v tej dobe mala v počítači keylogger, takže krátko po mojom návrate, kedy ma z tých skupín vylúčili, začali robiť rozmazávajúcu kampaň, kedy cez tú osobu o mne museli šíriť lži, nemám to ako dokázať, ale takých príbehov je na internete plno, kedy sa druhá strana snaží zdiskreditovať tvojich priateľov nielen na internete, aby ťa od nich odstrihla. Ak nič nezmenil môj vtedajší návrat, už to nezmení vôbec nič. A je mi ľúto, že Viti nebudem schopná pomôcť, nakoľko veľmi dobre viem, čo sa tu bude presne diať, lebo to ide presne podľa šablóny: matka jej určite bude núkať, aby sa sem nast'ahovala (a ona to určite s radosťou prijme: veď prázdne priestory a dom so záhradou sú luxus pre každého) a jedného dňa nastane prudký strih a Vit'a nebude chápať, čo sa deje: ako je možné, že sa z úžasnej a láskyplnej matky a babičky stalo monštrum, ako je možné, že ma predtým rešpektovala a teraz nie, prečo ma tak zhadzuje, uráža, ponižuje, kritizuje, čo som urobila zle (a ten dôvod nebude schopná nájsť, lebo v jej logike neexistuje), jednoducho ju nečaká vôbec nič iné, než presne toto isté, čo robila mne: devalvačná fáza, ktorá bude prerušovaná krátkymi láskyplnými vsuvkami (hooverami) a kedy z Viti urobí trosku a tieň jej skutočného a pravého ja. A tým, že mňa u nej vykreslila v nie najlepšom svetle, tak Vit'a bude najskôr tomu obrazu veriť a až časom pochopí, že je to všetko úplne inak (alebo to nepochopí vôbec), ale ja jej už s tým nepomôžem.

30. august 2020:

Napíšem vám o situácii, ktorá sa udiala dnes dopoludnia, celkovo bol august pokojný mesiac, situáciu, o ktorej vám napíšem, som zvládla a som na seba naozaj hrdá, reagovala som totiž vo vnútri úplne inak a aj navonok, ako to bolo v minulosti a tým som pochopila, že to v skutočnosti nie je o mne a že ja nie som na vine, ale čo ti poviem: chcelo to dlhú cestu, aby som to konečne pochopila a aj že o čo tu skutočne ide. Išlo o to, že cez víkend tu prespávala Vit'a s deťmi a poznáš Vit'u, aká je aj s matkou a babkou: veľké až prehnane maniačky na poriadok a jasné, že sa dnes na mňa strhla mela za to, že som bordelár (zase reči o psychickom stave od babky, že je to diagnóza a že by mi mali predpísať nejaké lieky, to len za to, že som odpovedala pokojne a nenechala som sa vyprovokovať, iba som "nasrala" babku a aj matku a Vit'u) a že aký tu mám "bordel" (za knižku položenú na stole, za krabicu vreckoviek, ktorú mám pri počítači, za deky položené v okrúhlom kresle, ktoré na striedačku pravidelne používam, za sprejový dezodorant, ktorý mám na stole pri posteli, za oblečenie, ktoré bolo položené na okrúhlom kresle a ktoré tam bolo dlhšie, ako si "panstvo" prialo), čo vám poviem, úplné sprostosti, ktoré vôbec nie sú podstatné, lebo veľmi dobre vieme, že sú na svete oveľa dôležitejšie veci ako nejaký "extra vyluxovaný poriadok" a ja nenávidím, ak je v izbe sterilita a som rada, ako je v izbe vidieť, že to v nej žije: napríklad aj tá knižka a fľaša na stole s pohárom, je o mne známe, že knižku a aj iné veci musím mať položené pred sebou pred očami, lebo potom na ne zabúdam, a nie, nie je to "bordel", je to úplne normálny stav v izbe. Upozorňujú tí, ktorí majú "bordel" vo svojich vlastných životoch a jednoducho potrebovali svoju zodpovednosť za nezvládnuté veci zvaliť na niekoho iného. Čo sa teda konkrétne udialo? No, po rečiach od babky, kedy som jej povedala, že o nič nejde, že sa bude pratať v utorok, keď sa vonku ochladí, lebo dnes je horúco, začal slovný nátlak nielen od babky, ale aj od matky (že aké ty si bola na vysokej škole poslušné dievčatko a ako si sa zmenila k horšiemu, veď ty tu už nič nerobíš: keď mi konkrétne nepovie, čo, tak jednoducho nechodím, také je moje pravidlo a ja sa nikomu nedoprosujem) a od Viti

(ako ma zmenil internet a že čítam bludy a aká som lenivá a drzá a že som taká predtým vôbec nebola: "false reality" od matky, keďže Viťa vôbec nevie, čo sa tu v skutočnosti deje a ja hrám pred nimi "poker face" o tom, že "akože nič nerobím", pričom bokom hľadám riešenia a možnosti, nech všetko pripravím a jedného dňa konečne odtiaľ odídem: zatiaľ nemám nič nachystané a preto vás oboch súrne žiadam o pomoc, verím, že si konečne zavoláme, prípadne mi aspoň napíšte mail so slovami typu že ste tie predošlé maily dostali a podobne), takže Viťa s krikom zavelila, že si to upracem a basta, na moju otázku prečo, tak jej odpoveď bola lebo, začala sa mi sama od seba prehrabávať vo veciach a reorganizovať ich v izbe (dialo sa to roky viackrát a aj keď som hovorila a kričala nie a že nech to nerobí, tak ona ma vôbec nerešpektovala, takíto ľudia ťa nie sú schopní rešpektovať a tak to je, majú to proste v povahe), Edo mi odniesol preč počítač, že kým si tu neupracem, tak sa mi zabavuje a nebudem ho mať (a ešte reči typu, že so mnou je potrebné baviť sa ako s deckom: hovoria tí, ktorí sa sami nesprávajú dospelo a vo vnútri nie sú dospelí: dospelý človek prijíma veci také, aké sú a aj keď má niekto nejaké "muchy", tak sa dá na nich dohodnúť resp. už mu to taak nevadí, lebo ich prijal a nie je potrebné sa o nich donekonečna hádať), takže som ju v tom nechala a so stoickým pokojom som išla čistiť Filipkovi klietku, hladkala som ho, prihovárala som sa mu, keď som vyniesla smeti, tak som to všetko predýchala a uvedomila som si, že tu vôbec nejde o nejaký "bordel", že tu vôbec nejde o nejaký "prehnaný poriadok", že tu nejde o nejaké reorganizovanie vecí (ktoré som si potom dala tak, ako boli), že to nie je o mne, ale o nich, lebo keď som im vtedy zobrala "zdroj obživy" (facebookove konverzácie + maily a podobne), tak nič na mňa odvtedy nemajú a nemajú ma ako alebo čím "konfrontovať", ešte mám aj zaplatenú takú službu, že surfujem cez VPN, ktorá mi šifruje polohu a všetko, čo robím na internete, takže mám absolútne súkromie. Po uvedomení si, že vôbec nejde o tú vec, ale ide o to, aby ma ľudovo povedané "nasrali" a dostali do pomykova a aby som sa rozrevala a podobne, tak som išla so stoickým pokojom tú izbu poupratovať, zhlboka som dýchala a opakovala som si, že to nie je o mne, že je to o nich, že ja nie som na vine, že tu nejde o tú vec, a nech si o mne myslia, čo chcú, lebo je to v skutočnosti úplne jedno, že ja im vezmem všetky páky tým, že sa nenechám vyprovokovať (lebo ja sa trápim a oni ľudovo povedané "otvárajú šampanské", lebo ma dostali tam, kde chceli a do tých emócií, ktoré sa mi vôbec nepáčia a nie je mi v nich ani trochu dobre, čo som dnes zatrhla), na hlúpe otázky a reči od Viti som potom odpovedala pokojne a čistou sedliackou logikou, napríklad na pripomienky ohľadom "bordelu" som povedala, že mi to takto vyhovuje a iní to majú oveľa horšie, bolo vidieť, ako som ju tým nasrala, pretože sa zasa začala obhajovať a ja som pokojne odpovedala "mne to takto vyhovuje". Alebo keď ma chcela nachytať na hrúškach s jej rečami, "že my ťa všetci veľmi ľúbime" a potom s otázkou "či nás miluješ", ja som odpovedala, že láska tu stále je, keď zopakovala otázku, ja som povedala, že je to diskutabilná otázka, lebo láska tu stále je. Už som aj hladkala Filipka a ďalšie hlúpe reči som ignorovala a prihovárala som sa mu a urobila som Viti portrét (robím ho babke, kedy sa jej krásne ukážem s Filipkom v náručí), tak sa zasmiala a išla preč. Uf. Potom ešte na obede bola otázka od matky, že aké chcem mäso k prílohe, ja som povedala, a ona že budem mať také a také, tak ja som sa zodvihla a išla som si sadnúť vonku na obed, nemalo zmysel sa o tom hádať, lebo o to mäso tu vôbec nešlo. Uf, krucinál, zvládla som to a som na seba naozaj hrdá. lebo na jednej strane aj keď to vyzerá, že som prehrala, veď izbu som si upratala, ale opak je pravdou: v skutočnosti som vyhrala, lebo som im vzala tú "zábavku", aby ma uviedli do pomykova, vzala som im moje argumentovanie, vzala som im všetky tie moje emócie, vzala som im kontrolu a tú emočnú dominanciu nado mnou, lebo v minulosti to bolo tak, že ja som plakala a im bolo dobre a dnes to tak nebolo: na obede som bola v pohode a aj keď som potom vyšla z izby a aj pred Viťou a na všetky jej reči a výmysly o mne som sa len jemne smiala a usmievala (v duchu som si hovorila "Bože, aká ty si naivná, keby si len vedela, čo sa tu deje a že to čo nevidieť čaká aj teba, veď ty sa toho dočkáš", nakoľko sa z láskyplnej fázy stane fáza devalvačná, kedy nastane prudký strih a nebude vedieť, čo si má o tom myslieť a čo urobila zle). To uvedomenie si, že viem, o čo tu skutočne ide, mi dnes veľmi pomohlo a vo vnútri som mala taký pocit, že to dnes bola skúška, ktorú som zvládla.

31. august 2020:

Ahojte. Tak som dnes dostala spršku od Viti, hovorila samé urážky a reči, že tu nie je žiadne psychické týranie a jasné, že som na vine bola opäť všetkému na vine ja, hovorila nezmysly o tom, že si so mnou nevedia rady a že mám depresiu a že nenávidím svoju rodinu a prečo ju nenávidíš, ja som ju nechala len hovoriť a maznala som sa s Filipkom, potom sa ma opýtala na príklad psychického týrania, ktorý som ani nestihla dokončiť (hovorila som jej o tom tlaku počas tých takmer 2 týždňov) a že keby zažila ten hrozný krik, ktorý urobila na babku, tak nech ho nechce zažiť. jasné, že ju obhajovala a vinu zvalovala na mňa, ja som jej len povedala, že "keď tu budeš rok, tak pochopíš", "ty tu nežiješ a nevidíš, čo sa tu deje" a "nespoliehaj sa na to, že ju poznáš". a jej slová, "že to psychické týranie, ten psychický teror si vyhod' z hlavy, inak ti zase vezmem počítač, tu žiadne psychické týranie nie je". Už zase obvinila internet a knihy, že ma zmenili, že som čudáčka, že nikto ti tu nedal nikdy žiadnu nadávku a nikto ťa neurazil (fotky z konverzácie hovorili samé za seba), samé hlúposti, a potom sa ešte bavila s Edom o tom, ako im bolo dobre, keď som vtedy odtiaľ odišla, že aký tu bol kl'ud a ako im bolo dobre. Uf. A nakoniec povedala, že je jej to ľúto, čo sa zo mňa stalo, že som taká nebola a na jej otázku, že čo by som potrebovala, aby som bola v živote šťastná, som povedala "milovať a byť milovaná a aby tu bola elementárna slušnosť", jasné, že to potom poprela, lebo nevidí, čo sa tu deje, a že ona sa spýta babky na psychické týranie a že babka jej určite všetko poprie a že ona má od Nanyho kontakty na azylové domy a chceš tam ísť, aby si videla týrané ženy a "že ja ti prajem, aby si si našla partnera, ktorý ťa bude týrať, aby si zažila, aký je skutočný psychický teror". Fuj. Stále som si opakovala, že je to falošná realita, ktorú matka vôkol seba vytvorila a je zbytočné jej čokoľvek dokazovať, ale po tom všetkom ma prepadol strašný smútok, som rada, že som to zvládla, ale ten smútok a napätie je z toho, že Viti fakt nedokážem pomôcť, ešte sa aj z toho s Edom smiala, "že jedného dňa sa z mamuši stane zlý trojhlavý drak a jedna hlava bude jej a druhá Edova" a že "aký je tu psychický teror". Ach jaj. Keby len vedela, ako presne opísala ten prudký strih, ktorý v takom vzťahu vždy musí nastať, kedy sa z prvej láskyplnej fázy stane fáza devalvačná a všetko to krásne sa už natrvalo nikdy nevráti, len dočasne, to sú tie láskyplné vsuvky, ktoré sa volajú „hoover“, „hoovering“. Potrebujem v sebe spracovať ten smútok, že jej fakt nedokážem pomôcť a že z týchto ľudí naozaj harmonická rodina nikdy nebude. Ved' rodina má držať spolu a nie robiť "hon na Denisku", ktorý sa začal pred 6-7 rokmi. Čo vám poviem: hrozná, aká je nimi zmanipulovaná a aký obraz si o mne vymysleli, je zbytočné o tom s ňou diskutovať, lebo mi fakt neverí.

Október 2020:

Uvediem príklady. Napríklad mi sestra vošla do izby a bez môjho dovolenia mi tam začala upratovať a hrabať sa mi vo veciach (v počítači našťastie nebola) drzo mi odpojila počítač a vzala mi ho, kým si tam nepoupratujem, aj keď som povedala, že nie je potrebné tam upratovať, a nechala som ju v tom, lebo nemalo zmysel vadiť sa s ňou, to isté mi pred 2 týždňami urobila matka, kedy na mňa vrieskala a jednoducho mi tam bez môjho dovolenia zase začala upratovať. Alebo správanie brata, kedy sa mi od minulého týždňa vyhráža, že mi odpojí internet, lebo zajko minulý týždeň v stredu rozhrýzol kábel (žiaľ, tretí raz) a keby s nami nebola sestra s mladším synovcom, tak by bol schopný ma fyzicky napadnúť, najskôr na mňa vrieskal a potom do mňa len jemne sotil, ale keď sestra povedala, aby nekričal pred synovcom, hneď sa upokojil a išiel sa mu ospravedlniť. Internet potom opravila sestra ešte v ten deň a technik definitívne vymenil kábel v piatok. Alebo sa pri bratovi často stáva, že ja dopisujem správu, niekto ma zavolá dole, ja poviem, že o chvíľu, príde brat a agresívne mi zhodí slúchadlá z uší a nakričí na mňa, nech okamžite idem dole. Alebo to správanie matky od februára tohto roka, kedy sa mi vyhráža, že kým tu bývam, budem robiť to, čo ja poviem, v júni sa udiala taká vec, že si matka myslela, že som s babkou bola v banke, lebo matka postupne vzala z babkinho účtu 7 tisíc a keďže si matka myslela, že som babku na to nahovorila ja, tak mi istý čas, kým sa nezistilo, že som to nebola ja, nedávali peniaze a doslova ma od nich odpojili (napríklad

vraveli, že toto si kúp sama a podobne) a od februára je teda to vyhrážanie sa, že si buď do konca roka nájdem robotu alebo mi ju nájde ona a budem musieť nastúpiť, aj keď som hovorila, že nie, tak matka na to, že nastúpim dakde do skladu a že tam jednoducho pôjdem. Preto by som chcela vedieť, či nie je možné podať žalobu, nakoľko sa porušujú moje občianske a ľudské práva a narušuje sa aj moja dôstojnosť, nakoľko som za tie roky často počúvala vety, že patrí na psychiatriu a že nie som psychicky v poriadku a podobne. Potrebujem niečo, čím sa dokážem brániť, nakoľko som si všimla, že s danou vecou prestali, až keď som do toho zapojila políciu a úrad, ako vtedy v prípade, keď som prišla na keylogger v počítači a brata som udala na políciu a vyriešilo sa to zmierom. Odvtedy mi do počítača už nelozia a nič na mňa nemajú (lebo v minulosti "akože niečo našli" a vyliala sa na mňa spfšť nezmyslov a urážok a ponižovania), už majú na mňa len to, že som bez pravidelného peňažného príjmu a bez práce, tak to žiaľ používajú proti mne.

Posledný októbrový týždeň:

Odkedy bolo pred zavedením testovania nariadený zákaz vychádzania a keď som si čítala asi štyri právne analýzy ohľadom všetkých tých právne nulitných opatrení, ktoré robí vláda a ktoré sa neopierajú o žiadny zákon, tak som si všimla, že matka sa dopúšťa trestného činu nátlaku, zastrašovania, vydierania a vyhrážania sa. Najmä ten nátlak praktikuje dlhé roky, ako ste si mohli všimnúť nielen z môjho rozprávania, ale aj v tom súbore, v ktorom som vám opísala úplne všetko, čo sa dialo. Pred tým plánovaným testovaním som zo strany matky a celej rodiny zažila šikanu a nátlak, nakoľko som sa z dôvodu ochrany môjho zdravia a aj zdravia ostatných členov rodiny rozhodla testovania nezúčastniť a podarilo sa mi vybaviť si výnimku od môjho všeobecného lekára, ktorá je aj podložená lekárskou správou od odborného lekára, takže tam je to v poriadku, zo strany rodiny bol krik, nátlak, šikana, vyhrážky, silou mocou ma chceli dotlačiť na test, vyhrážali sa mi, že na mňa zavolajú políciu, darmo som im vysvetľovala, že je to protiústavné a protizákonné, neverili mi a trvali na svojom, vo štvrtok ráno som išla k obvodnému lekárovi, ku ktorému ma najskôr nechceli pustiť a stále ma nútili ísť na test a vyhrážali sa mi, že ak nepôjdem, nech si zbalím kufre, že mi ich v sobotu nechajú pred dverami a nech si idem hľadať karanténu (lebo podľa nich by človeka, ktorý nejde na testy, brali automaticky ako pozitívneho a kvôli tomu by nikto z rodiny nemohol ísť do práce a nikam inam, ak som sa ich pýtala, z akého zdroja majú túto informáciu, nevedeli mi to povedať a dostalo sa mi slov, že som krava a že toto je diagnóza a ešte brat s matkou do mňa jemne strčili, a že či chcem, aby synovci, matka a babka skončili v nemocnici), ale ja som sa nedala a vydržala som, vo štvrtok som išla k obvodnému lekárovi, aby mi vystavil výnimku, napísal mi lístok na odber testu na protilátky (po návrate domov ma sestra najskôr vôbec nechcela pustiť dnu, že si mám vydezinfikovať ruky a strašný krik z jej strany, že či neviem, že je zákaz vychádzania a že sme v núdzovom stave a nech si dám rúšku a ničoho sa nedotýkam, keď som volala babke, zase prišla sestra a zase na mňa vrieskala a ani ma nepustila k telefónu a aj mi jednu vlepila, až keď prišla matka so slovami, že čo som to vymyslela a ja som jej povedala, že obvodný lekár dáva výnimku ohľadom zdravotného stavu a povedala som, o čo ide, tak matka pred sestrou uznala, že áno, že mám pravdu, že naozaj som mala takýto stav a mám s tým problém), v piatok som odniesla výsledok z laboratória a v mojej zdravotnej karte sa našiel dôkaz, podľa ktorého sa mi nesmie robiť test z nosa, ale len z krvi, obvodný lekár mi napísal takýto nález a test na protilátky mi vyšiel negatívny, čo znamená, že som neprišla do styku s človekom pozitívnym na covid, takže mám pokoj. A takúto šikanu a týranie zažívam, odkedy zomrel otec a sama vidíte, čo všetko zažívajú obeť domáceho násillia. Poplakala som si asi dva alebo tri razy, ale nie kvôli tomu, čo mám v rodine, iba sa ukázal a prejavil ich skutočný charakter, ktorý tam bol vždy a viem, že to všetko zlé sa im raz vráti, ale prišlo mi ľúto, ako sa zbytočne polarizuje spoločnosť a ako zbytočne ideme proti sebe. Po tom všetkom matka nasadila hoover (láskyplnú vsuvku), ktorá trvala do začiatku decembra a odvtedy sa tak či tak spolu veľmi nevidáme (aj cielené to tak robím, že ku nej chodím čo najmenej), kedy je raz taká, že svet je gombička a raz je opäť taká, že na mňa kričí, ponižuje ma a kritizuje ma za úplné maličkosti typu, že

som inak otvorila mlieko a pred sestrou vytvorila o mne obraz, že som lenivá a že nič nerobím. Bola som z tej celej situácie rozhodená, kedy trvalo aj tri týždne, kedy som sa dala opäť dokopy, najviac ma mrzelo to, že keď bolo po všetkom, tak sa mi nik za toto správanie neospravedlnil.