

Avtorica eseja in prispevka **Moj čas, moja moč**: Blanka Denko Čeh

- 25.3.2020 v največjem (prvem valu, lockdown-u, vse je enkrat prvič, ko politika izbere in pokaže svojo šibkost in poklekne pod lobisti v imenu marketinga produktov znanosti in pristojnosti, brez zapisane odgovornosti za posledice odločitev, ki se je kazala v pomanjkanju zaščitne opreme za zdravstveno osebje in civilno prebivalstvo, za blagovne rezerve je odgovoren NIJZ en teden za vse državljane, pomanjkanju informacij za presojo, posnetkov na TV letalske nesreče Concordije iz Italije, neetičnih posnetkov bolnih z bolnice, in ki še danes kaže Božansko moč in črpa iz istega vira- Sveto pismo in v dvojnih merilih podajanja navodil za narod, tisoče okrožnic za deležnike demokratične ureditve, lockdownu) sem sprejela tvegano odločitev in zagnala socialno podjetje SEFELE razvojno, raziskovalno podjetje in center znanja in predaje znanja d.o.o. so.p., pred tem sem bila zaposlena pri s.p. Moji izzivi so bili: oskrba vseh z nujnimi življenjskimi potrebščinami zdravih in tistih, ki imajo pomanjkanje zdravja, birokratsko podjetništvo, priučitev spretnosti na področju računovodstva, vseh državnih e-portalov, pol leta nadzora FURS-a, ustvarjanje 12 delovnih mest, izplačilo plač 12 zaposlenim in dodatkov brez državnih subvencij, plačilo kazni zaradi birokratskega podjetništva-nefunkcionalne pismenosti zaposlenih popolni zapis formularja, izpust enega stavka v aktu in zamik prijave knjige v vrednosti 10.000 €, izguba osnovnega življenjskega zavarovanja za celotno družino v času plandemije, pomanjkljive informacije o »pretnji« za človeško življenje mene in mojih bližnjih izključno s TV, NIJZ varstvo treh mladoletnih majhnih otrok, ter zaključevanje specializacije na Inštitutu za realitetno terapijo in ponudba nove storitve svetovanje, postala sem prostovoljka trenerka možganov za vse, ki jim je bilo prepovedano druženje s svojimi prijatelji in so bili preponosni, da bi skupaj z mano priznali poraz, ki je prišel z ustvarjanjem okoliščin pristojnih in centralističnega vodenja, pa ne iz Beograda, tokrat iz Ženeve in ne zaradi lastnih podjetniških odločitev ali napak v preteklosti, za te odločevalce želim, da vsi po vrsti odgovarjajo in to z imenom in priimkom in vsem svojim premoženjem za napeljevanje, ki je kaznivo dejanje in temelji na obligacijah: Janja Garvas Hočevar, Janez Poklukar, Franc Vindišar, Robert Cugelj, Alenka Forte, Marija Magajne, in podpisnik Janez Janša, vsi naštetki ki so odločitve sprejeli in zapisali v Odloku in deseminirali in podtahnili (napeljevali) preko odgovornih oseb (direktorji, odgovorni uredniki, predsedniki združenje, predsedniki društev, ravnateljev, županov) ter vse inštitucij, prali denar in zahtevali od končnim državljanov nakup produktov, ki do leta 2020 niso bili v splošni rabi. Kot sem sama naj odgovarjajo kot podjetnik prekrškovno, kazensko in z vsem svojim premoženjem. Želim, da odgovarjajo za izpade prometov podjetnikov in za zapis Odloka z napako isto kot odgovarja podjetnik z vsem svojim premoženjem, saj pred Zakonom smo vsi enaki.

*Na moji podjetniški poti, se je zgodilo NEKAJ, (kar se je zgodilo tudi tebi), kar je sprva zame pomenilo velik problem in celo katastrofo- predvideni in ocenjeni prihodki so se dramatično znižali, lokacije, ki sem jih izbrala in veljajo za najbolj zaželene z velikim potencialom so naenkrat bile najmanj zaželene (ukrep zaprtje Avstrije, delo na domu in gibanje v občinah, neizvajanje turistične ponudbe)- izdatki so ostali isti. Vse kar je družina ustvarila v dveh generacijah nepremično in premično premoženje so naenkrat bile postavljene pod vprašaj, kot v času nacionalizacije, ki se preko ukrepov višanja kazni in stalnega nadzora ponavlja v prikriti formi, ker smo podjetniki-direktorj-delodajalci, predsedniki NVO, ravnatelji, edine odgovorne osebe, ki imamo zapisano prekrškovno in kazensko odgovornost v Zakonih in odgovarjamo z vsem svojim premoženjem in res ne želimo plačati kazni ali imeti opravka z vojsko inšpektorjev. Namesto prva sem postala*

zadnja. Namesto direktorica ki prispeva celotni družbi sem postala kaznjenka, do leta 2020 sem si lahko prislužila kazen le za prekrške prehitre vožnje, dobila sem jih tudi za neizgovorjene besede in kretnje, zdaj pa sem potencialna kaznjenka na vsakem koraku....Kot študentska funkcionarka sem gradila Evropo brez meja, zdaj pa jih je farmaindustrija postavila nazaj.....Moj namen je ostal isti - hraniti ljudi hraniti telo - naš vsakdanji kruh - hraniti duha v telesu z besedo, ker prvo je bila beseda in priskrbeti nujne življenjske potrebščine in besedo zdravim in vsem, ki imajo pomanjkanje zdravja. Z ukrepi, ki sem jih sprejela v letu 2020, 2021 nam je uspelo pomagati vsem ki so se bili napeljeni in so se podredili podredili izolaciji, karanteni ali jih je ohromilo telo s pomanjkanjem zdravja, ko pa so pristojni pogojevali in igrali generale po vojni pa sem zaradi tega, ker poznavanje prava je ključno odšla na policijo in prijavila odgovorne, da me stiskajo v kot in od mene pričakujejo, da kršim Zakon o delovnih razmerjih, da kršim še druge Zakone in da kršim Ustavo, pred kratkim sem na policijo nesla dokaze-zapisnike nadzora vojsko ki so jo poslali nad gospodarstvo s, katerimi so pritiskali name odgovorno osebo s kaznimi, z enim cilje, da kršim Zakone za njih z njimi in seveda da kupim produkte, da promoviram produkte ki so jih podjetja preko politike uvedli na trg. To je realno, lahko rečeno legalno, ne pa Zakonito. Odločila sem se za Ugovor vesti v pravnem jeziku, zase pa sem se bila pripravljena odreči vsem koristim-plači ki jo imam, stanovanju v katerem živim, Mercedesu, Avtodomu, ogledu Galerije, koncerotv, knjižnici, vrtcu, šoli in se reorganizirala drugače in 180 procentov spremeniti življenje. To je bila moja odločitev z vsemi posledicami. Danes sem hvaležna Stvarniku za vso obilje v tem pomanjkanju. Na Obrtni zbornici Slovenije so mi povedali naj se odpustim, v Cerkvi so mi povedali naj si najdem drugo cerkev, vodje inšpekcijskih služb so mi povedali, da oni niso pristojni za presojanje Odlokov, pooblaščen zdravnik podjetja mi je povedal, da se ne smem za nobeno ceno prehladiti, da se moram toplo oblačiti ker so simptomi za Coronu isti-že danes sem mu hvaležna za ta tanač, na šoli so mi povedali da so financirani z javnih sredstev in da je njihova dolžnost zaradi financiranja da delajo kar pove financer. Prevzela sem aktivno vlogo, vlogo kreatorja, vlogo, da sem jaz gospodarica svojega življenja, nič nisem čakala kaj bodo povedali, nič nisem čakala, da mi drugi pove, kaj naj naredim in kaj je edino prav, nič nisem čakala na eno rešitev. Vajeti sem vzela v svoje roke, postala sem plavalka v razburkanem morju, in ko v prispodobi povem, ko plavaš v razburkanem morju ne moreš plavati mrtveca, pošteno treba migati in tvegati. To pomeni pridobivati informacije iz različnih virov, premišljevat, razsojati, presojati in se odločiti in delovati.Saj to človeka loči od živali-sprejemanje odločitev. Za svojimi odločitvami nositi vse posledice, temu se pravi biti aktiven in odgovoren. Vabim vas, da zaplavate z mano, moje koristi in spoznanja na poti specializacije iz Nove psihologije osebne svobode in odgovornosti - teorije izbire nekoč poimenovane kontrolne teorije-to moč informacije želim deliti z vami. Ker verujem, da znanje, ki se deli, se množi. Želim prijetno plavanje v branju mojega eseja na temo knjige in avtorja, ki ga spoštujem in občudujem in na koncu želim varen pristan... Verjamem da lahko omenjeno znanje opolnomoči vsakega človeka, ki ima v svojem življenju tudi vlogo, ki si jo je izbral - BITI PODJETNIK ali katero drugo vlogo mama, sestra, žena, učiteljica, ...

Kot zanimivost povem, da je knjiga o kateri bo tekla beseda **Opozorilo: Psihatrija je lahko nevarna za vaše duševno zdravje** (William Glasser; 2003) del izobraževalnega programa na Inštitutu in, da je najverjetneje ne bi prebrala ali se srečala z njo, če se ne bi vključila v izobraževanje specializacijo po študiju Managementa. Že v knjižnici me je presenetilo, da se nahaja na knjižnih policah, ki so označene s področjem medicine. Iskala sem jo na oddelku za psihologijo. **Knjiga nas vodi skozi zanimiv pohod marketinga podjetji, ki so si uspela s svojo premišljeno strategijo in modeli managementa podjarmiti stroko in jo prepričati, da je le farmakologija in njeni produkti ena in edina rešitev za človeka in človeštvo.** Z dodatkom obveznosti, kariere in zadolženosti, in »lušta-koristi« do vsega kar počnemo-živimo (hiša, avto, bazen, avion, konj, služba, šola, vrtec, potovanja, golf, tenis, kavica, kosilo, frizer...), je človek sposoben sprejeti marsikaj in se odreči kritičnemu razmišljanju. Tako je opisano v knjigi, kjer psihiater poda odgovor kolegu na vprašanje-čemu izvaja sporen pritisk na paciente pod vodstvom mentorja in jih vedno in takoj, ko jih sprejme v obravnavo, prepričuje, da so duševno bolni. Psihiater mu ponudi odkrit odgovor, da v kolikor želi obdržati

poklic, plačati kredite sprejema sprejemanje navodil pristojnih-postave. V duhu časa 2020/21, ki je po mojem vrhunec omenjenega biznisa, je knjiga, ki je nastala izpod peresa zdravnika-psihiatra dragocen pripomoček za razumevanje, kako omenjena industrija-farmakologija deluje v praksi. V letu 2020/21 je postala tako invazivna in agresivna, da je pridobila za svoje promotorje celo predsednike vlad(ki so prvi, ki prisežejo na zdravilo v obliki injekcije, in ki se en za drugim izrekajo za interese farmakologije, brezskrbno uporabljajo produkte in kažejo z dejanji svoje prepričanje, da je farmakologija ključ in ena in edina rešitev vseh težav. Tudi jaz v vlogi direktorice, bi si želela identično promocijo in kampanjo z vsemi pogoji za svojo blagovno znamko, ki ima zanimivo naključje istih inicialk **Pekarna Ceh Tomas** in jo vidite vsak dan na privatnih oglaševalnih prostorih, tudi jaz bi si v vlogi direktorice bi želela reklamo vezano na stroškovno mesto proračuna. Ali to počnejo zavedno ali ne, smo priče reklam, uporabe vseh marketinških orodij po celotni Zemeljski obli. Danes zagotovo vemo, da je marketing Kralj, kupec pa je na to pozabil. Zdravje posameznika je posameznikova odgovornost in zaščitena z Konvencijami, Mednarodnimi sodišči, pravnimi maksimami vsake države. Naravno pravo je trajnejši dokument kot trenutni interesi mandatnih politikov ujetih od biznisa, katere smo zaposlili in izbrali mi z oddajo volilnega lističa, katerim smo priča, ki en za drugim sledijo prepričanju ene medicine in ene farmakologije, obstaja tudi antropozofska medicina in mnogotere terapije, ki niso na vštete v proračunsko postavko in je ne plača ZZZS. V knjigi obstaja tudi opozorilo, da v kolikor je tvoje mnenje in prepričanje drugačno od množice oz. interesov se lahko oseba znajde v okoliščinah, ki jih navaja zdravnik z osebno izkušnjo njegovih kolegov, ki mu predpišejo diagnozo in ga zdravijo, kljub vsemu kar zatrjuje in ve in ga prepričujejo v svoj prav. V knjigi sem dobila tudi odgovor, čemu so znanci iz srednješolskih let, ki se niso razumeli s starši in so bili drugačnega mišljenja, so radi »žurali« dobili vsi isto diagnozo - to je »t.i. shizofrenija«. Danes vem, točno kaj pomeni ta poimenovana diagnoza, da izhaja iz učbenika-priročnika, kateremu sledi še eden-seznam zdravil, sem pa se svoj čas spraševala o naključju, da so jo dobili vsi po vrsti, ki so prišli v stik z zdravniki. Ne verjamem, da je shizofrenija duševna bolezen, **to je eden od tisoč načinov, kako nesrečni ljudje ravnajo s svojo nesrečnostjo** in se tako strinjam z Glasserjem. Prav tako me je ob branju knjige spomin odpeljal v mojo preteklost, kjer sem trikrat obiskala Psihiatrično bolnišnico in to z namenom, da sem šla s svojim fantom iskat osebne stvari od očeta, s katerimi je šel na zdravljenje in se je med izpustom iz psihiatrične bolnišnice čez vikend ubil-obesil. Drugič sem bila v psihiatrični bolnišnici na dan, ko sem se pripeljala po pouku v gimnaziji do svojega fanta, tega kateremu se je obesil oče in so mi povedali, da ga je odpeljal rešilni avtomobil v psihiatrično bolnišnico. Nič mi ni bilo jasno, čemu se je to dogajalo, zato sem se odpeljala po svojo mamo, s katero sva prestregli rešilni avtomobil in se za njim peljali do bolnišnice in spremljali fanta naravnost v sprejemno pisarno. Takrat se spomnim podobnih besed, ko so zapisane v knjigi, vi ste bolni, vi ste to in to. Z mamoo sva poslušale. Fant je povedal, da ga čudi, da vedo toliko o njem, ko pa ga sploh niso vprašali kdo je, kaj je in da ga vidijo prvič v življenju. V tistem trenutku je nekaj besed dodala še moja mama, jaz pa sem pograbila papirje in jih vzela s sabo. Zgradbo smo vsi zapustili. Na napotnici je pisalo, da ima fant shizofrenijo in da je nevaren okolici. Podpisan in žigosan je bil psihiater, ki še danes opravlja prakso in ima zasebno psihiatrično ambulanto, katerega je najverjetneje klicala njegova nesrečna mama, ker se je oče ubil. Najverjetneje bi se fantu zgodilo to, kar je zapisano v knjigi. Tretjič sem spremljala drugega fanta v študentskih letih. Prav tako sva šla po stvari njegove mame, ki si je prav tako med izpustom čez vikend iz psihiatrične bolnišnice vzela življenje in utonila v reki. Čemu so se ljudje v času zdravljenja odločili za omenjeno izbiro? Lahko povem, da zdravljenje ni bilo učinkovito. Po teh izkušnjah, bi povedala, da je naslov knjige Opozorilo: Psihijatrija je lahko nevarna za vaše duševno zdravje odgovor na moje opisano dogajanje v preteklosti s pokojnimi staršev bivših fantov in še, da spoštujem pogum ustanovitelja inštituta, da je tako direktno povedal in razjasnil delovanje sistema za duševno zdravje, združbe, ter istočasno dodal, da obstaja za vsako vedenje rešitev v učinkovitejšem vedenju, kot ga je posameznik

izbiral do zdaj. Glasser opozarja, da je farmakologija izrinila psihoterapijo, na veliko škodo udeleženih bolnikov in si prisvojila vlogo psihoterapije. **Psihiatrija ohranja laž o duševnih boleznih, kot so depresija, shizofrenija, bipolarna motnja ali obsesivno kompulzivna motnja iz razloga, ker so vse omenjene diagnoze postale zlata jama za multimilijonarsko industrijo psihofarmikov. Kako pa je danes in nekoč z imunologijo?** Prav tako pravi, da je bi zaskrbljen zaradi usmerjanja medicine v ločevanje uma in čustev od telesa. **Zdravniki zdravijo bolezenska stanja ljudi, kot bi se ukvarjali s strojem in kot da noben drug vidik človeškega obstoja ali izkušnje ne bi imele ničesar skupnega s stanjem, zaradi katerega se zdravijo.** Poklicno zdravstvo je zapeljano zaradi privlačnosti znanosti in ob napačni razlagi pravega smisla znanosti, holistični-celostni pristop potisnilo na stran. To je zelo neznanstveno, kajti znanost noče upoštevati tega, kar je očitno. Um in telo ne obstajata kot ločeni enoti, ampak sta med seboj globoko povezana. Vendar pa medicina kaže le malo pripravljenosti, da bi raziskala možne povezave med umom (psiho) razmišljanjem in telesom (somo) fiziološki procesi-dihanje, bitje srca, delovanje ledvic...(Glasser; 10). Glasser prav tako predlaga, da je čas, da se preuči monopol psihiatrije nad skrbjo za duševno zdravje. Servira s podatkom, da se več kot eden od štirih ljudi v času svojega življenja pride v stik s službami za duševno zdravje, in pravi, da je bistvenega pomena, da se ne opusti nobenega raziskanega področja, ko se trudimo, da bi oblikovali učinkovito službo za negovanje duševnega zdravja. Psihiatrija je ne samo pustila mnoga področja raziskovanja nedotaknjena, ampak se po najboljših močeh trudi, da bi tako tudi ostalo. Doda: **“Morda si mislite, da zdravniki zagotovo ne bi spravljali svojih bolnikov v tako nevarnost, če koristi zdravil ne bi bile zanesljive in potrjene in bi bile posledice manjše. Žal pa to ni res.** Kakovost medicinskih raziskav za ta najbolj razširjena pomirjevala od poznih tridesetih in do poznih devetdesetih let ni bila ravno na višini. Omenja raziskavo dva tisočih raziskovalnih poskusov, ki so jih vodili v tem obdobju za zdravljenje »t.i. duševnih boleznih«, je privedla do resnih vprašanj o kakovosti in zanesljivosti tako študij kot zdravljenj. V raziskavo so bila vključena tudi novejša zdravila za »t.i. duševno zdravje«. **dodaja še napoved, da se bodo nova čudežna zdravila pojavljala naprej v krogu, če odgovorni ne bodo rekli “STOP!”** STOP oglaševanju zdravil. Kaj se dogaja? Ali obstajajo boljši, varnejši načini? Na tem mestu se sprašujem, kdo so odgovorni za posledice odločitev? Je to Ministrstvo za zdravje, Nacionalni inštitut za javno zdravje ali bi lahko dodala vse odgovorne osebe, vključno z mano, ki nepreverjeno uvajam in verjamem kot v Boga vsemu, kar se pričakuje, če ne pa nosim posledice v obliki kazni. Lahko ugovarjam, zaradi vesti? Kako je danes z raziskavami in produkti, ki prihajajo na trg brez raziskav, brez preverjeni postopkov,...? Kdo je odgovoren za ustvarjanje pogojev za gospodarstvo? Kdo je kupec, stranka, klient omenjenih produktov? Kdo ima zapisano odgovornost v Zakonu. Glasser predoči dejstvo, da kot mnoge druge skupine in ustanove se tudi zdravstvo oklepa svojega sistema prepričanj. **Veliko teže ima za zaposlene v zdravstvu, ki so skupaj s pripadniki farmacevtske industrije v ta sistem prepričanj vložili izredno veliko časa in upanja, ter zanj zastavili svoje ime in življenje.**(Glasser;12), drugi omenjajo, da medicine ujete od farmakologije ne zanima zdravje posameznika. To neizpodbitno dejstvo, da so posamezniki zastavili svoje ime in življenje, neznanstveni parcialni pristop do človeka utemeljuje kolesje delovanja industrije farmakologije, ki slovi na vseh področjih delovanja človeka povojne generacije. **Farmakologijo najdemo pri kmetijstvu, gospodarstvu, šolstvu, kulturi, medijih in vseh porah človeškega življenja.** Interes farmakologije in njegovo delovanje, ter danes nadvlada nad politiko je obris življenja in delovanja odgovornih inštitucij v letu 2020/21. Značilen medicinski pristop je **“zatreti”**: **zatreti zaskrbljenost, jezo, bes, strah in druga neprijetna čustva**, ki jih lahko imajo ljudje ob tem kar smo letos in lani priča, in **marketinški pristop** farmakologije je tudi **ustvariti zaskrbljenost, strah, jezo, sovraštvo in druga neprijetna čustva, ter nato ponuditi z medicinskim pristopom rešitev** v obliki produkta (injekcija.pikanje) ali v primeru » t.i. duševne bolezni« s tableto. Govorimo o biznisu, ki se giblje v številkah, ki so višje od proračuna

manjših držav in je večji od proračuna vseh podjetnikov v Sloveniji. Zatiranje, ki ga uporablja medicinski pristop, ni dovolj, na dolgi rok običajno malo zdravi. S tem pristopom prikazujejo zmage, ampak izgublamo vojno. Ljudje se cel čas zdravijo a le redko ozdravijo. S človekovim zatrtim čustvom se ne ukvarja nihče, zdravila, pa jih lahko potisnejo še globje v podzavest. Obstaja veliko dokazov, da imajo vprašanja psihosocialnega, čustvenega in medosebnega življenja pomemben del pri nastanku tako imenovane duševne bolezni. Glasser predlaga, da se osredotočimo na pomoč ljudem, da spravijo življenje spet pod nadzor, v ritmu, ki ga zmorejo. Istočasno ponudi **rešitev teorijo izbire**, ki veliko obeta brez uporabe zdravil. Izhaja iz tega, da je sreča duševno zdravje in v njeno nasprotje, da nesrečnost sploh ne more biti duševno zdravje. Sreča in duševno zdravje je uživanje življenja, ki si ga izberemo, razumevanje z ljudmi, ki so nam blizu in dragi, možnost, da s svojim življenjem počnemo tisto, kar imamo za vredno, in da ne počnemo ničesar, s čimer bi kogarkoli prikrajšali za enako možnost sreče, kot jo imamo. Pomembno je, da do sreče pridemo z lastnimi napor. Podana je primerjava v obliki lestvice telesnega zdravja. Kjer so na skrajni strani telesno bolni, na sredini ljudje brez kondicije in na drugi strani telesno zdravi v primerjavi z duševnim zdravjem, kjer so na skrajni levi strani »t.i. duševno bolni«, na sredini nesrečni in na desni duševno zdravi. **Največ populacije je brez kondicije in nesrečnih.** Za kondicijo vsi vemo, kaj je potrebno narediti, več gibanja, boljša prehrana za srečnost pa nas ve malo manj, kaj bi lahko naredili. Knjiga je odličen pripomoček, ki predstavi z realnimi osebami, kaj in kako pristopiti k učinkovitim izbiram, da se premaknemo v srečnost. Potrebujemo prijaznost, podporo, sočutje in varnost. Izhajajoč iz zadovoljevanja osnovnih potreb, ki so zapisane v naših genih in so psihološke potrebe razen **prve po preživetju, je potreba po pripadnosti, ljubezni, potreba po svobodi, moči in zabavi-učenju psihološka potreba**, katera se je razvila v posamezniku, ker **smo družabna bitja.** Priča smo letu 2020/21, da **je bila v lockdown-u odvezeta »psihološka« hrana človeku in je človek, shiran, podhranjen.** Glasser za rešitev ustanovi skupino, v kateri se srečajo različni posamezniki, ki proučujejo vsebino knjige, o kateri pišem in delim z vami v omenjenem prispevku. So učenci, ki se pogovarjajo o celostnem vedenju, ki si ga izbirajo in ozaveščajo, kaj počnejo v svojem vsakdanjem življenju. Na srečanje prihajajo 1. mesečno in se učijo boljših izbir, kot so jih imeli do zdaj ali izbir, katere jim jih je kdo predlagal ali so se jih posredno priučili preko TV, radia, interneta, v šoli, v cerkvi..... V knjigi nam Glasser prav tako predstavi učno skupino Teorije izbire in posameznike, ki so v njo vključeni. Skupni imenovalac vseh je, da so nesrečni razen Rogerja, družinskega svetovalca, ki se tematske skupine udeležujejo na povabilo hčere. Prisotna sta zakonca, Joan in Barry, Selma, mati sina, ki so mu pri devetnajstih postavili t.i. diagnozo shizofrenije, Barry, ki želi imeti vse pod nadzorom in je nesrečen v zakonu, Jeff ki trpi zaradi revmatoidnega artritisa, Amy samska ženska, ki trpi zaradi napadov panike in ne želi jemati zdravil, Molly z diagnozo fibromialgije, Jill, ki trpi zaradi migrene in Bev mati najstnice. Skupina izmenjuje svoje znanje, misli, s katerimi so se srečali o prebiranju vsebine knjige. Prav tako en drugemu na podlagi naučenega povedo kaj mislijo. Med njimi se tke prijateljstvo, zadovoljujejo potrebo po pripadnosti in se zabavajo. Na ta način tešijo svoje osnovne potrebe in postajajo razumevajoči do samih sebe in do vedenje, ki so si jih izbirali pred srečanjem. Po opisu iz knjige, predvsem pa iz priročnikov, bi bil vsak diagnosticiran, kar pa zdaj ni. Vsak na svoj način prispeva k skupini in se uči. S tem je Glasser pokazal, da je učenje in pogovor priložnost za vsakogar, ki se ubada s svojo nesrečnostjo ali srečnostjo. **Potrebno se je le srečati**, nap. Na izobraževalnem programu, koncertih, zabavi, ustvariti pogoje za srečanje-**srečati se in pogovoriti iz oči v oči-brezpogojno** o svoji uspešnosti ali odpreti vrata e-knjigo. Vsi po vrsti se učijo ne uporabljati zunanji nadzor. **Zunanji nadzor je vzrok vse nesrečnost v medosebnih odnosih. Danes je zunanji nadzor ušel izpod nadzora- podjetniki smo nadzorovani tudi po trikrat na teden s strani državnega aparata.** Posameznik lahko z opustitvijo zunanjega nadzora izbira drugače, kot je ravnal do zdaj. Zunanji nadzor pomeni, da sem pasiven, da čakam, da mine, da čakam, kaj mi drugi pove ali da počnem kaj mi drugi pove in izbiram to kar mi drugi pove. Ali je/sem izbral v redu, mu

odgovarja moje počutje samo oz. srečnost. Jedro in temeljna beseda knjige je **izbira in izbirati. Dobri odnosi so jedro duševnega zdravja in sreče**. Skrb in spoštovanje, nikoli pa nadziranje, sta temeljna kamna duševnega zdravja. Obstaja pa razlika med srečo in užitkom, ter prepoznavanje razlike med njima. Občutji se zdita zelo podobni, pri obeh se počutimo dobro-sta pa zelo različni. Sreča je dober občutek, ki ga imate ob izbiri vedenja, s katerim ostanete blizu oz. se še približate pomembnim ljudem v vašem življenju in doseganju vaših izbranih ciljev. Užitek, ki je pogosto povezan s spreminjanjem fiziologije telesa, igrami ki zasvajajo, igrami na srečo ali spolnostjo s priložnostnim partnerjem, pa lahko krajši čas zbuja boljše občutke kot sreča. Ne sme pa nas preslepiti; užitek ni sreča, je povsem drugo izkustvo. V knjigi zasledimo podrobno razlago tega kaj zunanji nadzor je in na katerih prepričanjih je osnovan. Vsem zakoncem ponudi v razmislek, da je malo strpnosti majhna cena, ki jo moramo plačati, da se znebimo zunanjega nadzora in rešimo zakon. Svoje osebno življenje podredimo odnosu na način, da je odnos pomembnejši od posameznika. **Knjiga Kontrolna teorija za managerje pa nagovarja podjetnike**. Miselni preskok in postavitve odnosa na prvo mesto je način in pot do sreče posameznika, pri podjetju se na prvo mesto postavi uspešnost in učinkovitost podjetja **vseh zaposlenih** ne glede na vlogo in funkcijo zaposlenega v podjetju, za kar skrbi vodja-odgovorna oseba. Omenjeno lahko prenesemo tudi na vzgojo otrok, kjer z manj nadzora pridobimo več nadzora in na vodenje zaposlenih v podjetju. Teorija izbire je pravo nasprotje zunanjega nadzora: je psihologija odgovornega notranjega nadzora namenske vzročnosti. To pomeni, da vse kar je izven nas je le podatek informacija-tudi ta zapis, ki ga prebiraš je le podatek zunaj tebe na papirju. Na podlagi subjektivne interpretacije podatka, presoje podatka-informacije in početja, pa sledi kaj bomo izbrali-naredili prvo je ali bomo informacijo prepustili vase in to je naša odgovornost z vsemi posledicami. **Lepo je vedeti, da smo ljudje svobodna bitja in da se svobodno odločamo za namene, cilje, pravila ki jih želimo doseči, svoboda sama pa je le ena izmed genskih potreb, ki jo zadovoljujemo na sebi lasten način, ker so naši lastni in smo mi kreatorji podjetništva, podjetniške kulture in kot je zapisano v Naravnem pravu imamo tudi pravico do svobodne podjetniške iniciative in pravico do dela**.

Prispela/a si do konca zapisa in moje pozitivne izkušnje, ki je zame uporabna v vsakdanjem življenju. U upanju, da si uvidel v svoj potencial, ki ga nosiš v sebi, delim mojo izkušnjo »investiranja« v svoje znanje s tabo. Znanje je moč, je orožje, ki ga v okolščini vrhunca birokratizacije, birokratskega podjetništva, informatizacije in dresiranja naših strank in birokratizacije dresiranje podjetnikov, nadzora nad izvedbo storitev, ki smo si jo izbrali še kako potrebujemo, da se izkaže nekaj, kar se dogaja za pozitivno izkušnjo in smo gospodarice in gospodarji svojega življenja, ter seveda vztrajni preživeli plavalci v razburkanem morju.

V letu 2022 iskreno želim vsakemu svobodno odgovorno izbiro z vsemi posledicami-torej- koga bomo izbrali, da ustvarja pogoje za gospodarstvo in da odločno, pokončno vemo v koga ali kaj bomo verjeli. Vsem podjetnikom, ki smo del naravnega krožnega gospodarstva želim, da bomo živeli in ustvarjali v zdravi družbi, ter zahtevali sebi enako odgovornost zapisano v prekrškovnem in kazenskem zakoniku od vseh odgovornih oseb (direktorjev v javnem-neprofitnem sektorju in realnem sektorju, predsednikov društev, zavodov, vseh ravnateljev, ki so se podelali na Ustavo in Zakone in sodelovali v pranju denarja in procesni ter gospodarski korupciji zapisanih Odlokov - izključno za namene prodaje produktov (računalniki za otroke v lockdownu, maske, razkužila, teste, novo omrežje, respiratorje, genske terapije), ki se do leta 2020 niso prodajali na trgu za končnega potrošnika. Res so koristi večje za vse koristoljube, s posledicami pa se soočamo vsak dan v pogovornih s svojimi strankami in volilci. Želim si, da se prodaja pod pretvezo,...če boš naredil ali kupil ta produkt, ne boš umrl...ne boš umrl, to je zmagovalni marketinški stavek, kateri je zdaj razkrinkian. Z motjo zaznave s prevaro(PCT) lahko uspeš enkrat, tako da v zdravem umu je prostor za resnico in zdravo in kakovostno preživljanje končnega življenja, ki je lahko pogumno, radostno, odločno, ljubeče...Živimo in

preživimo....ker to je dano od Stvarnika, vse ostalo(strah, razdvajanje, jeza, žalost, pohlep) pa od človeka. Želim si, da se valovi(1. val. 2.val. 3. val, vročinski val, prehrameni val, energetski val,...) vrnejo na morje, semafori pa na križišča in da nikoli ne pozabimo, da smo preživeli ekonomsko nasilje, nasilnež pa je še vedno na prostosti...Izbira, kako naprej je izključno od vsakega od nas.