

UČENJE Abecedovanja Barvanja Carjevanja Črkovanja Dopolnjevanja Ediktovanja Faktotumovanja Glasovanja Hotevanja Izboljševanja Jadikovanja Kaznovanja Ločevanja Minevanja Nerazumevanja Ocenjevanja Povezovanja Reševanja Samopregledovanja Študentovanja Tekmovanja Utrjevanja Vplivanja Zapisovanja Žrtvovanja RAZISKOVANJA Abotovanja Bojevanja Cagavanja Črkovanja Dokazovanja Enačevanja Fabulovanja Glasovanja Hajdukovanja Izboljševanja Jamčevanja Kadrovanja Ločevanja Minevanja Nagrajevanja Obravnavanja Predavanja Razčlenjevanja Spraševanja Študentovanja Tekmovanja Umevanja Vplivanja Zaokroževanja Žrtvovanja TREND Abotovanja Bajevanja Cagavanja

Četovanja
Ekskraljevanja
Gostovanja
Izključevanja
Kupovanja
Minevanja
Oddaljevanja
Rokovanja
Ščuvanja
Uveljavljanja
Zasipavanja
UMETNOST
Absurdovanja
Carjevanja
Doumevanja
Fetišovanja
Hahljevanja
Javorjevanja
Lahnovanja
Naletavanja
Prekupčevanja
Sooblikovanja



Darovanja
Flodrovanja
Hajdukovanja
Jelkovanja
Lasovanja
Nadlegovanja
Podpihovanja
Spakovanja
Točkovanja
Vključevanja
Žlobudranja
ZGODOVINA
Banovanja
Čustvovanja
Eccehomovanja
Ginevanja
Izoblikovanja
Kurentovanja
Minevanja
Občudovanja
Razodevanja
Šivanja

BESEDOVANJA

Tlakovanja Uliivanja

Verovanja Zarisovanja

Ženitovanja GLASBA

Vanja Lebar

Abecedovanja Barvanja Cafovanja

Čustvovanja Dopisovanja Ediktovanja Filmovanja Gostovanja Hitevanja Izzvenevanja Jenjevanja Kupovanja Ločevanja Mirovanja Nategovanja Opevanja Preposlušanja Radovanja Samouresničevanja Šepetavanja Točkovanja Uglasbovanja Valovanja Zborovanja Žvrgolevanja ŠPORT A contovanja Bivanja Cirkusovanja Četovanja Delovanja Ekstravanja Fantovanja Gostovanja Hajdukovanja Izkazovanja Jedrovanja Kaznovanja Letovanja Malikovanja Napredovanja Označevanja Plavanja Razgibavanja Samoobvladovanja Ščuvanja Taborovanja Uspevanja Vključevanja Zasedovanja Žrtvovanja MODA Adamitovanja Bivanja Capicovanja Čapkavanja Dopolnjevanja Ekshibicijevanja Fetišovanja Gambovanja Hahljevanja Izkazovanja Krojevanja Letovanja Malikovanja Nakupovanja Oblikovanja Pobliskovanja Razkazovanja Sezuvanja Šivanja Trgovanja Uspevanja Varovanja Zapeljevanja Ženitovanja PREHRANA Abuzovanja Biopridelovanja Citrusovanja Čajevanja Dopolnjevanja Frikasovanja Hitevanja Izkašnjevanja Jelenovanja Lazanjevanja Martinovanja Nadzorovanja Očiščevanja Součinkovanja/Spahovanja Študentovanja Teinovanja Usklajevanja Vsiljevanja Zahvaljevanja Žepkovanja

CIP - Kataložni zapis o publikaciji
Narodna in univerzitetna knjižnica, Ljubljana

811.163.6'373.611
808.1

LEBAR, Vanja, 1974-
BesedoVanja [Elektronski vir] / Vanja Lebar ; [mnenja o knjigi Jasna Vuradin Popović, Nastja Mulej]. - El. knjiga. - Murska Sobota : samozal., 2012

Dostopno tudi na: <http://www.lebarorama.si/besedovanja/>

ISBN 978-961-93344-1-6 (pdf)
ISBN 978-961-93344-2-3 (e-pub)
ISBN 978-961-93344-3-0 (mobi)

262435584

Kazalo:

O avtorici.....	4
Mnenja o knjigi.....	6
1.) UČENJE.....	8
2.) RAZISKOVANJA.....	13
3.) TREND.....	19
4.) KOMUNIKACIJA.....	25
5.) UMETNOST IN ZGODOVINA.....	30
6.) GLASBA.....	36
7.) ŠPORT.....	42
8.) MODA.....	48
9.) PREHRANA.....	54

O avtorici:

Moje ime je Vanja Lebar. Rodila sem se leta 1974, v Murski Soboti. Na Oddelku za pedagogiko in andragogiko Filozofske fakultete Univerze v Ljubljani sem diplomirala iz pedagogike. Med mojimi priljubljenimi temami so metode učenja. Pogovor in besede mi pomenijo tudi možnost za izražanje. Pred vami je knjiga z besedno igro.

O knjigi:

Za to, da ostane učenje del našega življenja, se moramo naučiti dobro poslušati, brati, pisati in govoriti. Besedovanja je abeceda z besedami, ki se končajo z Vanja. Ideja je nastala ob branju besedil, številnih knjig in prispevkov. Z razvijanjem ideje sem z usmerjanjem pozornosti ob branju zapisovala in zbirala vse besede, ki vsebujejo ime Vanja. Večino časa sem to počela v kotičku za branje. Besede so v vsakdanji uporabi, nekatere so sestavljenke. Zato sem tam, kjer je to treba, pojasnila sestavljenke/tujke z razlago iz Slovarja slovenskega knjižnega jezika. Pomagala sem si z viri, ki so dostopni na internetu.

O nastajanju besedne igre:

Pisala sem v svojem kotičku za pisanje. Uporabila sem metode ustvarjalnega pisanja, in sicer hitropis in kopičenje besed na papirju. Kopičenje besed na papirju je podobno miselnemu procesu v možganih. Tako je pri nastanku besedne igre morda bila v ospredju ustvarjalnost pred natančnostjo. Sledi namreč povezava med idejo in to sproži verigo ustvarjalnosti pri pisanju.

Uporabljala sem različne metode branja. Informativno branje je potrebno za oblikovanje prve informacije. Bistvene informacije, v tem primeru besede, sem poudarila in se pri njih ustavila ob kurzornem ali diagonalnem branju. Pri pripravi besedne igre sem uporabljala počasno branje (statarično ali študijsko branje). Zaustavila sem se ob pomembnih pojmi. Izpisovala sem in beležila v beležko na telefonu.

Besedne igre so odraz besed, teorij in oblik mišljenja. Ob pisanju sem uporabila študijsko metodo branja in pisanja. Ob nastajanju besedila in realizaciji ideje sem uporabljala različne miselne tehnike.

Večinoma komuniciramo govorno ali pisno. Obe sposobnosti sta posebnosti leve možganske polovice. Tako se izobraževanje, podjetništvo in znanost močno nagibajo proti levi možganski hemisferi. Za dobro pisanje zmeraj uporabljamo obe možganski

hemisferi. Potrebujemo sredstva, s katerimi bomo sprostili svoje ustvarjalne miselne procese. Branje lahko uporabimo kot obliko mišljenja.

Pri pisanju besedila sem uporabila teorije pisanja. Dovolila sem si tudi izraz občutij in izkušenj. Zato ta zapis ne vsebuje le znanja. Niti ni tipično strokovno opredeljeno besedilo, ki zahteva več natančnosti. Vsaki besedi sledi misel, napotek, nasvet. Morda razmišljanje, pomislek ali izkušnja oz. refleksija. Oblika je na trenutke rahlo poetična, izrazna. Zapisano sem pustila tudi kakšno odprto vprašanje.

Dnevniški zapiski besedne igre so zapisani na več izbranih tem:

UČENJE, RAZISKOVANJA, TREND, KOMUNIKACIJA, UMETNOST IN ZGODOVINA, GLASBA, ŠPORT, MODA in PREHRANA.

Naj besedna igra izzove vaše možgane, da se vam bo ob branju porodilo čim več idej in zvrtničnih visokoletečih misli. Želim, da zapisane besedne igre delujejo na bralca motivacijsko in prijateljsko. Z njo si boste zagotovo obogatili besedni zaklad. Naleteli boste na popolnoma nove besede.

Hvala vsem strokovnjakom in avtorjem številnih knjig na temo učenja, branja in pisanja za koristne napotke. Hvala vsem mojim bližnjim za spodbudo in sodelovanje pri mojem delu. Hvala za pomoč in podporo. Hvala za sodelovanja, povabila in dobre besede.

Vabljeni k branju zapisane besedne igre.

Vanja Lebar, uni.dipl.ped.

Mnenja o knjigi:

Od nekdanj sem občudovala ljudi, ki napišejo knjigo. Zakaj, knjiga zajema veliko informacij, izkušenj, usod, čustev, ki jih pisatelj tako vešče združi in pomiri v besedi.

Tako je tudi Vanja sanjala, opazovala, vdihovala in končno ubesedila svet okrog sebe in v sebi.

Opozorila je na praktičnost, lepoto, asertivnost in ljubezen.

Vanjina knjiga je zahtevna, ker izraža zapletene miselne procese, ustvarjalnost, abstrahiranje in nekonformizem. Vanjina knjiga je zahtevna, ker bralca spodbuja na raziskovanje. Vanjina knjiga mi je všeč!

Mag. Jasna Vuradin Popović

Nekateri menijo, da je kreativnost božja iskra in posledično ni njihova močna stran.

Drugi spet menijo, da je kreativnost nepotrebna, saj je na obstoječem vse čisto v redu.

Tretji pa menimo, da se je treba samo odločiti, usesti in začeti razmišljati, kajti vedno je lahko še bolje.

Kreativnost ni božja iskra, ampak je stvar truda, motivacije in discipline, ker je tudi kreativno razmišljanje samo veščina. Tako kot vožnja s kolesom ali igranje tenisa. Seveda bodo redki izbranci zmagali Wimbledon, vsi ostali pa bomo še vedno lahko spodobno odigrali tekmo ali dve, če le bomo vadili tenis dan za dnem, teden za tednom. Težko pa je verjeti, da boste dobri v tenisu, če boste znali na pamet imena vseh wimbledonskih zmagovalcev. Tako nekako si namreč v šoli predstavljajo poučevanje in predajanje znanja.

To pa ne velja za vse univerzitetno diplomirane pedagoginje. Nekatere, Vanja Lebar na primer, se grede vaje v slogu, igranje z besedami, nizanje možnosti, da bi tako prišle do nečesa novega, česar še ni bilo. In nečesa koristnega. Samo to dvoje skupaj: novo + koristno je formula za učinkovito kreativnost. In samo vaja v iskanju idej vas bo privedla do tega, da jih boste imeli vse več in več. Kajti razmišljanje je samo veščina.

Ker običajno v svoji vsakdanji rutini nenehno utrjujemo samo kritično razmišljanje (in to ni samokritično razmišljanje!), analiziranje (»kaj se je zgodilo, da gre vse narobe«), kritiziranje (»kdo je za to kriv«) in argumentiranje (»jaz nisem kriv, jaz imam prav, vi imate narobe«) na podlagi lastnih zaznav, ki jih upoštevamo kot edina pravilna dejstva (»jaz že vem, kaj je res«), nam zmanjka časa za vaje kreativnega razmišljanja.

Če pa prvega malce odložite (»vsak ima prav z svojega zornega kota«, »vseeno je, kdo je kriv, važna je rešitev« in »vsako slabo je za nekaj dobro«), potem vam bo ostalo neverjetno veliko časa za kreativno razmišljanje. Vadite ga. Vzemite v roke Vanjino knjigo. Malo kot navdih, malo kot učbenik. Ne bo vam žal.

Mag.Nastja Mulej dipl.ekon., dipl.soc.

UČENJE

ABCČDEFGHIJKLMNOPRSŠTUVZŽ

abecedovanja barvanja carjevanja črkovanja dopolnjevanja ediktovanja
faktotumovanja glasovanja hotevanja izboljševanja jadikovanja kaznovanja
ločevanja minevanja nerazumevanja ocenjevanja povezovanja reševanja
samopregledovanja študentovanja tekmovanja utrjevanja vplivanja zapisovanja
žrtvovanja

ABCČDEFGHIJKLMNOPRSŠTUVZŽ

Abecedovanja

Kakor smo se učili abecedo črko za črko, tako pridobivamo tudi snov. Povežite in se vprašajte, koliko že veste in kam lahko to snov umestite. Razvijajte mišljenje, da boste bolje razmišljali.

Barvanja

Učimo se z vsemi čuti. Ko barvamo zapiske, si snov vtisnemo v spomin tudi vizualno. Uporaba barv pri podčrtovanju mora biti smiselna. Če uporabljamo več barv, naredimo barvno skalo in zapišemo, kaj barve pomenijo!

Carjevanja

Ja, prav si pomislil/a, ko si pomislil/a na carja. Hočeš biti svoj car, svoja carica? Potem se moraš truditi za to. Nekaj storiti za to, da si uspešen in boš kot odrasel sam svoj car oziroma carica.

Črkovanja

Vse, kar počnemo, mora imeti začetek in konec, glavo in rep. Kakor se abeceda začne z a, b, c, tako znanje osvajamo postopoma, z razumevanjem. Tako razvijamo mišljenje. Ne moremo pisati besed, če ne poznamo črk! Ne moremo imeti svojega mišljenja, če ne razumemo.

Dopolnjevanja

Dopolnimo svoje znanje. Še preden kdo drug ugotovi, da smo ga pomanjkljivo pridobili. Če imamo možnost dopolnjevati, je to naš privilegij. Bolje ne nuja, ker

moramo nekaj dopolniti. Dobra navada popolnosti olajša življenje vsem. Zatorej naj bo naš moto: Vse, kar počneš, počni tako, da si stoddostno pri stvari.

Ediktovanja

Oglasne deske so obvestila, ki so namenjena nam. Torej berite oglasne deske in poslušajte objave. Bodite veščki iskanja informacij v družbi, kjerkoli že ste. V šoli, na cesti ob gledališču, pred galerijami, na mestnih terminalih in na postaji.

Iz besede: edíkt (-a m (î) 1. zgod., nekđaj predpis, ... , uradni razglas, uradni oklic).

Faktotumovanja

V življenju je zavisti vredno, kadar kdo reče: Bil je faktotum v uradu/dolga leta je bil njegov faktotum nepogrešljiv, najožji sodelavec. Zatorej potrudimo se, da bomo pošolanju takšni sodelavci, da si bodo drugi želeti delati z nami!

Iz besede: faktótum (-a m (ô) knjiž. kdor je pripraven, uporaben za vsako delo).

Glasovanja

Glasujemo. Seznanimo se s kriteriji in ne popustimo niti za milimeter. Z glasovanjem lahko popestrimo dan. Prav je, da glasujemo tako, da izbiramo in podpiramo dobra dela. Glasujemo na tekmovanjih in na prireditvah. V življenju pa z glasovanjem premagujemo neodločnost. Kdo bo to in kdo drugo. Glasujemo lahko tudi o tem, ali je bilo to dejanje pravično.

Hotevanja

Hoteti in želeti. Čeprav hočemo, je včasih pot težja, kot smo pričakovali. Šola je nasploh zahtevna. Vsaka šola. Vsak študij. Kaj torej hočemo? Če smo v šoli, vemo, da se učimo. In učenje je zahteven miselni proces. Učimo se tudi doma in postajamo vseživljenjski učenci. Torej naše želje v šoli niso od muh! Postanejo obveza!

Izboljševanja

Prizadevajte si, da boste vsak dan boljši. Eno je namreč, ko se primerjamo sami s sabo. Drugo je, ko se primerjamo z drugimi. Tretje pa je, ko nas ocenjuje in primerja nekdo drug. Ta zadnje pomeni, da se naše znanje primerja s primerljivimi standardi in določenimi cilji, morda šolskega kurikuluma. Da se tako umeščamo v evropski prostor! Če to dejstvo pridobimo v šoli, postanemo vseživljenjski učenci in imamo v življenju zagotovljen napredek.

Jadikovanja

Ne mi jamrati. Ne jadikuj! V času, ki ga porabiš za to, da se smiliš sam sebi, bi lahko pol težav omilil. Zmeraj se vprašaj, komu je težje. Gotovo si nekje na sredini. Naredi korak naprej. Naredi načrt, urnik. Zapiši si motivacijski rek. Sam se spodbudi za uspeh!

Kaznovanja

Kazen mora biti vzgojna. Vzgojni ukrepi so zato, da se uporabljajo. Kateri so, veste eni bolje, drugih pa to ne zanima. Zatorej so kazni, pri katerih popraviš slabo dejanje z dobrim. So pa kazni, pri katerih se izrekajo vzgojni ukrepi. Raje se hrabro izkažite, na inovativen način in tako koristno uporabite mladostniško energijo.

Ločevanja

Pri obravnavanju snovi je pomembno, da ločimo bistvo. Bistvo si najlažje vtisnemo v dolgoročni spomin tako, da si zapomnimo ključne besede. Ključne besede si izpišemo. Odstavke označimo in stavke podčrtamo. Nikoli ne podčrtamo več kot tretjine besedila. Čeprav se nam zdi, da je pravzaprav vse pomembno. Pomembno je namreč ločiti ključne besede, s katerimi potem priključimo snov iz spomina.

Minevanja

Minevajo ure, dnevi in leta. Kar naenkrat boste zaključili šolanje. Kako naprej? Na začetku je čas, da si postavite svoj poklicni cilj in mu ves čas svojega šolanja sledite. In zatem sledite, kako minevajo obdobja. Obdobje šolanja je namreč lepo obdobje našega življenja. Ko gremo v službo, nam je prijetno in smo uspešni, če smo se dobro odločili.

Nerazumevanja

Kadar česa ne razumemo, si moramo snov pojasniti. Učenje je pogojeno z našim razumevanjem. Kar razumemo, to si zapomnimo. Pojasnimo si pojme, pojasnimo si težke stavčne strukture in tujke. Poudarimo bistveno. Zapišemo si vprašanja in poiščemo odgovore nanje. Primerjamo jih s sošolci ali vprašamo učitelja.

Ocenjevanja

V šoli smo. V šoli se naše znanje ocenjuje. Ocenjuje ga učitelj/ica in to z oceno. Na nek način smo pod pritiskom: "Kaj moram povedati, da bo učitelj zadovoljen?" Ni tako. Pri učenju, ki ni šolsko, upamo biti bolj ustvarjalni in samosvoji. Vprašajmo se, kdo nas

bo ocenjeval po zaključenem šolanju. Prijatelji? Pravilen odgovor je: verjetno direktor/ica. Torej, spleča se potruditi.

Povezovanja

Ob učenju snovi se potrudimo z razvijanjem višjih miselnih procesov. Snov, ki jo obravnavamo, umeščamo v kontekst. Iščemo povezave in sorodna znanja. Pri tem je pomembno, da vemo, kaj že vemo. Torej ugotovimo predznanje in kaj se bomo novega naučili. Učenje zgolj na pamet ali brez umeščanja v kontekst povzroči, da naučeno hitro pozabimo. Lahko trdimo, da skorajda takoj pa zapisanem testu. To pa ni naš cilj.

Reševanja

Z reševanjem testov, križank in miselnih iger se urimo. Vsaka igra in tudi učenje zahteva urjenje. S tem, da sami usmerjamo svoje učenje in se izprašamo, še preden nas izprašajo drugi, postajamo bolj samozavestni. Ob tem koristno uporabimo svoj prosti čas.

Samopregledovanja

Pišimo in sestavljajmo si vprašanja. Izdelujmo si učne kartice za zaključni izpit. Naredimo si učenje zabavno. Preglejmo svojo zbirko znanja. Preglejmo svoje pridobljeno znanje in bogastvo. Dopolnjujmo ga in skrbimo za to, da bo naše znanje zmeraj sveže. Tako bo skrbno shranjeno v dolgoročni spomin.

Študentovanja

Večina bo enkrat med študenti in takrat se boste vprašali, kako naj predelam sedaj vso to snov. Hvaležni boste, da poznate svoj način učenja in nekaj tehnik hitrega učenja. Na študiju boste namreč pričeli študirati in učenje bo postajalo bolj poglobljeno. Zato je vaša naloga, da se naučite učiti se.

Tekmovanja

Vsa tekmovanja so za to, da imamo priložnost, da se izkažemo. Na tekmovanju ni le izdelek, temveč sem tudi jaz. To pomeni, da je nova izkušnja lepa priložnost za zgraditev samozavesti in osebnostno rast, dober temelj za uspeh in vir novih trajnih prijateljstev.

Utrjevanja

Če snov ponovimo pred spanjem in zjutraj, ko se zbudimo, bo učinek neverjeten. Vtisnila se nam bo v dolgoročni spomin in lažje bomo znanje priklicali, ko ga bomo potrebovali. Snov bomo samo ponovili in že jo bomo lahko nadgradili z novim znanjem.

Vpraševanja

Koga sprašuješ za mnenje? Koga sprašuješ za pomoč in nasvet? Kdo ti odgovarja na vprašanja, pa naj bodo še tako neumna in nesmiselna? A veš, da je umetnost postavljanja vprašanj tvoja radovednost in tvoje zanimanje? Tvoja želja po tem, da bi vedel in znal. Vprašaš še vedno lahko. A priznaj si, kaj te zanima. Tvoja vprašanja ti omogočajo, da se z njimi razvijaš.

Zapisovanja

Pametni pišejo. Zapiski so ogledalo vsakega učenca. Tisti, ki zna zapisati dobre in pregledne zapiske, ima vse možnosti, da postane dober učenec. To pomeni, da zna izluščiti bistvo, da podčrta stavek, iz katerega izhaja, da si ob strani izpiše ključne besede in snov povzame v preglednem miselnem vzorcu.

Žrtvovanja

Vsak se mora v življenju čemu odreči, da lahko doseže svoj cilj in zadovoljstvo. Zdrav človek ima 100 želja in vse se mu naenkrat ne morejo uresničiti. Zato naj vam ni škoda časa za učenje in razmišljanje, za ustvarjalnost in iznajdljivost. Ker le razmišljanje nam bo pokazalo pot za uresničitve teh 100 želja.

2 RAZISKOVANJA

ABCČDEFGHIJKLMNOPRSŠTUVZŽ

abotovanja bojevanja cagavanja črkovanja dokazovanja enačevanja fabulovanja
glasovanja hajdukovanja izboljševanja jamčevanja kadrovanja ločevanja
minevanja nagrajevanja obravnavanja predavanja razčlenjevanja spraševanja
študentovanja tekmovanja umevanja vplivanja zaokroževanja žrtvovanja

ABCČDEFGHIJKLMNOPRSŠTUVZŽ

Abotovanja

Nespametno in neumno raziskovanje ni zaželeno. Je pa prav, da ob zbiranju idej zapišemo tudi neumne ideje. Lep primer abotovanja je ljubosumnost. Nespametno delovanje je v kali brez uspeha. Raziskovanje mora imeti dober cilj in smisel.

Iz besede: **ábota** -e ž (á) raba peša *nespamet*, *neumnost*: takšna ljubosumnost je največja abota; človeška neumnost in abota / pooseb. abota abotna!

Bojevanja

Borimo se za raziskovalni cilj. Za dosežek in za rezultat, ki bo merljiv in primerljiv ter bo konkurenčen in dovolj širok, da bo zajel celoto. Bojujemo se za to, da bi se naše hipoteze izkazale za pravilne.

Cagavanja

Raziskovanje je zelo zahtevno. Lahko nas zmedejo podatki. Morda dejstva, do katerih se dokopljemo ob iskanju. Branje in iskanje ter študiranje nas hitro privedejo do neodločnosti. Premagamo jo z miselnimi tehnikami. Ne podlezimo malodušnosti. V določenem trenutku nas lahko obotavljanje stane dobrega rezultata!

Iz besede: **cágati** -am nedov. (á) nižje pog. *obotavljati se*, *omahovati*: kaj cagate in čakate // *obupavati*: ne cagaj, vse se bo še uredilo.

Črkovanja

Raziskujem črke in njihov pomen v različnih pisavah. Črke so v otrokovi glavi, kakor zakon v glavi dobrega pravnika.

Npr. karolinška minuskula

abcdefghijklmnopqrstuvwxyz

Uporabljali so jo med letoma 800 in 1200. To je evropski pisni standard, v katerem so bila zapisana pomembna dela. Čas Karla Velikega je tako dobil zapisana krščanska besedila, kodekse in izobraževalna dela. Šele iz nje se je razvila gotica, ki je imela bolj stisnjene črke in je zato bila bolj uporabna.

Dokazovanja

V matematiki se dokazi ukvarjajo z logiko, vendar navadno vključujejo tudi določeno mero naravnega jezika, zaradi česar so lahko malce nejasni. V resnici je večina dokazov v zapisani matematiki pravzaprav raba neformalne logike. V kontekstu teorije dokaza, kjer se upoštevajo formalni dokazi, takšnim ne popolnoma formalnim prikazom v matematiki pogosto rečejo »družbeni dokazi«. Z vlogo jezika in logike v dokazih se ukvarja filozofija matematike. Brez dokazovanja v raziskovanju ne gre. Npr. tudi če nekaj izumimo, moramo izum dokazati. Če ga lahko dokažemo sebi, ga potem poskusimo dokazati še investitorjem, podjetju. In če naša ideja deluje, lahko proces ali poslovna metoda spremeni naše življenje. Dokaži!

Enačevanja

V raziskovanju, morda bolje povedano ob raziskovanju, se včasih sprašujemo o pomenu človeškega vira v primerjavi z novimi tehnologijami. Delo človeka opravi zdaj stroj hitreje. Sodobna družba in prihodnost. Ravno odnos stroj–človek je pomemben za razvoj in razumevanje razvoja sodobne družbe. Delovna sila prihodnosti bo inteligentna tehnologija.

Fabulovanja

Moja besedna igra je izvirna in realistična. Nit igre sta abeceda in ime. Cilj igre je iskrenje, netenje in prebujanje uma. Morda celo kritičnega uma. Je teoretični skupek misli, teorij in dejstev. In če bo v mojih besednih igrah v prihodnosti izzivalna fabulativnost prisotna, bodo igre izzivalne. Dovolj za mnoge naše pestre in zanimive ure.

Iz besede: fabulativen -vna -o prid. (i) *nanašajoč se na fabulo, pripoveden*: fabulativni elementi literarnega dela; fabulativni okvir zgodbe / pisateljev fabulativni dar fabulativno prisl.: pisatelja mikajo fabulativno razgibane situacije; zgodba je fabulativno dovolj zaokrožena.

Glasovanja

Glasovanje, enakost in raziskovanje. Leta 1945 je bila uzakonjena prva volilna pravica žensk! Danes lahko ustno ali pisno izrazimo svojo odločitev ali mnenje. Glasovni stroj zajema vse, kar je v zvezi s skupino, ki dela za svojo zmago, oz. z volitvami. Nasploh se lahko glasuje z dvigom rok. Glasovanja potekajo z listki oz. z glasovnicami, ki končajo v skrinjicah. Lahko je javno, lahko je tajno. Glasovanja se lahko tudi vzdržimo.

Hitevanja

Hitimo, da bi dosegli standarde. Hitimo, da bi dohiteli partnerje in prehiteli ostale. Hitimo, da pridobimo čas. Rešujemo se. Naša prednost je kakor prehitevanje v kočljivih trenutkih vedno vprašljiva.

Iz besede: **hitévati** -am nedov. (é) redko *hiteti*: ljudje so hitevali po ulici.

Izboljševanja

Izboljšati želimo vse, kar obstaja, vse, v čemer smo dobri. To je naša naravna težnja. Strmimo k dobremu. In vedno, kadar nekaj naredimo, poskrbimo za to, da bo to živelo vsaj 5–10 let! In rasemo ob opazovanju svojega napredka, zato je prvi kamen temelj palače. Vredno je zapisati idejo, misel, ki se nam utrne. Iz nje lahko nekaj nastane, ko jo izboljšamo. Treba je ločiti bistvo in ohraniti ideje, ki jih lahko izboljšujemo.

Jamčevanja

Jamčimo z imenom. Jamčimo s svojim trdom, z dejstvom, da smo se potrudili po svojih najboljših močeh. Res smo raziskali vse možnosti. Verjemi nam, ker mi smo najboljša ekipa raziskovalcev. Z veseljem bomo še raziskovali. Jamčimo vam zaradi vseh testov, ki smo jih opravili. Jamčimo za zanesljivost, pravočasnost ter občutljivost naše storitve in izdelka.

Kadrovanja

Področje človeških virov je fascinantno. Raziskovanje je temelj, na katerem gradimo tudi kadrovske službe. Kadrovske službe opravljajo svoje delo. Adria Airways ima svojo, celo Mariborski vodovod. Sodišče in pedagoška fakulteta. Klinični center, ministrstva in sodišča. Nekateri pa naročijo sodobnim agencijam, naj naročijo kadre za njihovo institucijo. Kadre, ki jim bodo najbolj ustrezali. Brez, da bi se sploh sami pojavili na razgovoru.

Ločevanja

Kadar raziskujemo, moramo ločiti možnosti za in možnosti proti. Argumentiranje temelji na podatkih, ki smo jih pridobili iz raziskav. Vsi veliki projekti temeljijo na svetovnih raziskavah. Ampak mi ločimo številčne podatke, dejstva in argumente za in proti za področje, ki nas zanima. Ločimo uporabne podatke in podatke, ki jih uporabimo za vpogled v problematiko.

Minevanja

V raziskovanju so nekatere raziskave prehodnega značaja in nekatere raziskave imajo dolgoročni pomen. Pomembna sta numerus in obseg, v katerem podatke zajemamo. Pri konkretnem raziskovanju nas ne zanimajo vsi učenci na svetu in v vseh časih. Zanima nas določena skupina učencev, določena statistična množica ali populacija. Tako množico moramo opredeliti, sicer ne vemo, kdo spada vanjo in kdo ne. Opredelimo jo stvarno, krajevno ali geografsko in časovno. Govorimo o stvarnih, krajevnih (ali geografskih) in časovnih opredeljujočih pogojih.

Nagrajevanja

Nagrade v raziskovanju so nagrade številnih društev v Sloveniji, npr. Lapanjetovo priznanje. Če se dotaknem mreže nevladnih organizacij s področja raziskovanja in znanosti, bo vsak pomislil na nagrade, s katerimi se je sam srečal v življenju. V mreži je več astronomskih društev, avto moto zvez, različna društva, fundacije, nekateri inštituti, zavodi, zveze in združenja. Toplo priporočam, da si vsak v svojem portfoliju nazorno zapisuje svoje dosežke in prejete nagrade.

Obravnavanja

Obravnavanja so del vsakdanjega življenja, v šolski, socialni, podjetniški in sodni praksi. Obravnave nas spremljajo povsod in močno vplivajo na naše življenje. Pomembna so mnenja, ki si jih skupina ustvari. Obravnavajo se naše prošnje, ki jih naslovimo na vodilne. Obravnavajo se vloge, pritožbe in zahtevki. Preden sprejmemo sklep, obravnavamo določeno temo. Neenako obravnavanje pomeni diskriminacijo. Pa naj bo to zaradi statusa, spola, starosti ali barve kože.

Predavanja

Predavanje je oblika podajanja snovi, predvsem teorije. Predavanja so zanimiva. Predavanja so velikokrat vir znanja, ki zadostuje, da v nas prebudijo interes in

motivacijo za določen predmet. Predavanja so interaktivna in aktivna, ko jih spremljajo vaje. Fino je, če so predavanja usklajena s ciljno skupino in predavatelji seznanjeni s poslušalci. Tako lahko prilagodijo dolžino, zahtevnost, besedni izraz ter uporabo različnih metod in tehnologij.

Raziskovanja

Raziskovanja so zanimiva in pestra, so naš izziv. Raziskovanja so strokovna, laična in vsakodnevna. Mi smo tisti, ki imamo možnost, da postajamo vedoželjni. Razvijamo svoj interes. Uporabljamo višje miselne procese. Zmeraj navajamo ugledne vire in se držimo vsebin teh virov. Izvirno raziskovanje je temelj vsakega seminarja. Nepristranskost in primerljivost sta temelj, iz katerega izhajajo dejstva naših raziskovanj. Potem je krasno, ko dobimo priložnost, da teorijo uporabimo v praksi ter da prikažemo smiselnost in pravilnost našega dela/raziskovanja.

Spraševanja

Med metode raziskovanja spada metoda spraševanja. To je ena od najpogosteje uporabljenih socioloških metod. Omogoča kvantitativno obdelavo podatkov. Lahko zajema veliko ljudi. Sprašujemo, ker nas zanima konkretno vedenje ljudi. Zanimajo nas stališča, videnja in prepričanja. Dnevno se srečujemo z intervjuji in anketiranjem. Umetnost spraševanja pomeni biti vodja. Pomeni umetnost mišljenja. Dialektika.

Študentovanja

Čas študentovanja ni le čas za učenje, je tudi priprava na življenje. Gre za vprašanje bivanja. Za postavljanje življenjskih temeljev. Priprava na samostojnejše bivanje, na razmišljanje in umske izzive.

Pričakovanja pogojujejo odnose. Odnose med študenti in profesorji. Odnose med študenti in kolegi.

Tekmovanja

V raziskovanju je tekmovanje smiselno. Deluje motivacijsko in spodbudno, predvsem državno tekmovanje. Nagrade se najdejo tako za obetavne mlade znanstvenike kot za izumitelje, polne idej, morda za novinarje, za ljudi, ki se zavzemajo, za ljudi, ki svoje življenje posvetijo smotru. Morda so nadarjeni ali posebej prodorni in ambiciozni. Kot mladi tekmujemo za to, da pridemo na pravo pot. In če smo na pravi poti, ostanemo

na njej, držimo se je. Trudimo se, da nikoli ne izgubimo vsega, kar nam omogoča, da stojimo pokonci, z dvignjeno glavo.

Umevanja

Človek je postal človek, ko je pričel razmišljati, ko je razvil večnivojsko razumevanje. Kako umevamo visoko nestrpnost v Sloveniji in jezik ljudi? Kako doumemo kulturo in umetnost, pesem in *performans*? Lahko uresničujemo idejo dobrega in smo prepričani, da moramo vse sami narediti.

Vplivanja

Z raziskovanjem ugotavljamo, kaj vpliva na kupce. Razvijamo svoj jezik vplivanja in ga dnevno uporabljamo. Vzor, všečnost ali avtoriteta. Prikrito vplivanje ali občudovanje in posnemanje. Vse, kar vodi do razvoja individualne uresničitve in do kreativnih rešitev za svoje želje. Neverjetno, koliko vplivov dnevno deluje na nas. Prav rezultati raziskav, številke nas opozarjajo na to. V družbi, ki nas obkroža in zapeljuje.

Zaokroževanja

Zaokrožim povezanost s svojim lokalnim okoljem. Zaokrožijo navzgor cene, zaokrožijo na poljubno vrednost. Zaokrožijo na najbližje celo število. Zdravniki zaokrožijo odmerke. Kako naj preživimo v tem svetu? To je predmet življenjskega zavarovanja oz. raziskovanja. Tako je znanje zaokroženo in je spodbujeno nadaljnje raziskovanje. Raziskovanje ni nikoli zaključen proces. Zato protestniki zaokrožijo revolucijo.

Žrtvovanja

V osrednjem delu svetišča se nahaja žrtvenik. Tam danes stoji oltar, ker je žrtvovanje zdaj drugačen obred. Vedska žrtvovanja in kulturni genocidi žrtvovanja Tibetancev ter žrtvovanja čarovnic, ki so ljubimkale s hudičem. Stodnevno rajanje s plesom, petjem in obredom, žrtvovanja pokojnika posmrtnim silam, plemenska prepričanja in obredi žrtvovanja.

3 TREND

ABCČDEFGHIJKLMNOPRSŠTUVZŽ

abotovanja bajevanja cagavanja četovanja darovanja eskraljevanja flodrovanja
gostovanja hajdukovanja izključevanja jelkovanja kupovanja lasovanja
minevanja nadlegovanja oddaljevanja popihovanja rokovanja spakovanja
ščuvanja točkovanja uveljavljevanja vključevanja zasipavanja žlobudravanja
ABCČDEFGHIJKLMNOPRSŠTUVZŽ

Abotovanja

Nespametno bi bilo, da bi sledili trendu in izgubili zdrav razum, čeprav med nami ni bilo toliko izzivov kot sedaj. Pravzaprav je to umetnost življenja. Nespametno bi bilo na primer brez razloga zaradi trenda nabaviti najnovejše. Če pa je to del našega performansa v življenju, je to smiselno.

Iz besede: ábotnost -i ž (á) raba peša *lastnost abotnega človeka; nespametnost, neumnost*: pokopala ga je lastna abotnost / do abotnosti naiven fant / govoriti abotnosti; izbij ji abotnosti iz glave.

Bajevanja

V človeku se odvija boj med njegovo višjo človeško naravo in animalnim. Napake izhajajo iz pomanjkanja znanja in izkušenj. Kadar nam uspe, je morda vse kot v naši najljubši pravljici iz otroštva. To nas žene naprej. Pravljica bo zmeraj v trendu! Zakaj beremo pravljice? Pravljice so globoke, segajo v ljudsko tradicijo. Prenašajo in ohranjajo pradavna verovanja. Glavni junaki so učitelji in vzor otrokom. Tudi starejši se zamislijo ob pravljicah. Pravljice imajo nauk. Polne so simbolov. Posameznika usmerjajo k odkrivanju in uresničevanju svojih notranjih moči in zmožnosti.

Iz besede: bájeven -vna -o prid. (á) zastar. *tak kot v bajki; bajen*: bajevni dogodki in čudeži / bajevne zeli *čarovne*.

Cagavanja

Neodločnost je premagljiva z miselnimi tehnikami. Je to strah pred nepravilno odločitvijo? Je to le malodušnost in zadovoljevanje svojih potreb? Kot npr.: jaz bom trendovski, ker to vsi počno.

Iz besede: **cágati** -am nedov. (á) nižje pog. *obotavljati se, omahovati*: kaj cagate in čakate // *obupavati*: ne cagaj, vse se bo še uredilo.

Četovanja

Team je četa. Simbolika. In če četa strumno koraka, je to dober team. Urno korakamo kakor lipicanci. Osvojili smo vse. Četa stoj. Postavili bomo nove meje! Pregledali bomo trende in nadaljevali pot v skladu z izračuni.

Darovanja

Darilo je izraz spoštovanja. Darilo je tisto, kar podariš nekemu, ker želiš, da je to njegovo. Podarim ti nasmešek. Podarim ti svoj čas. Podari še ti meni nekaj. Humanitarnost je za vse tiste, ki imajo dovolj, nekateri celo preveč, in potem darujejo drugim.

Ekskraljevanja

Družbeno kraljujem. Eno sezono. Naslednjo sezono pa nekdo drug. Obvestili so me, da nisem več kraljična. Da me ne čakajo več. Da pridem in prenesem kaj svojega znanja. Vem, da dolgo ne bom mogla sloneti na starih lovorikah. Že iščem novo krono. Nekdo mi je mogel povedati. Ker moram vedeti.

Iz besede: **éks...** predpona v sestavljenkah (ê) za izražanje stanja osebe, ki je bila v kakem stanu, poklicu, funkciji, pa ni več; nekdanji, bivši: eksjezuit, ekskralj.

Flodrovanja

Z barvanjem ponarejam lesno teksturo. Vnašam barve v svoje pohištvo in se veselim barv v stanovanju. Čisto trendovsko bom vse prebarvala. Uporabila bom zdrave barve, ki mi jih je dodelilo veselje.

Iz besede: **flódrati** -am nedov. (ô) obrt. z barvanjem ponarejati lesno teksturo: flodrati pohištvo.

Gostovanja

Gostujemo skozi življenje. Malo tu, malo tam. Iščemo, kaj je moderno in kako bomo gostovali. Čim bolj trendovsko. Morda ne ravno zdaj zaradi trenda na *skypu* in na strežniku. Gostitelji se trudijo, da bi bilo vse popolno in bi bili zapisani v našem

življenju kot popolni gostitelji. Trend le ostajajo dobro preživeta gostovanja, ki jih doživimo v življenju. Naši lepi spomini.

Hajdukovanja

Jaz nisem upornica brez razloga, hajduk. Jaz nisem razbojnica, ki bi razmetala smetnjake, potrgala plakate v mestu, ki gledajo iz panojev in nas vabijo v življenje ter me živcirajo. Sem pa borka, ki se pustim izzivati družbenim normam in jih premagovati.

Pa ti? Slediš trendom.

Iz besede: **hajdúk** ... slabš. *cestni ropar, razbojnik* **hajdukovánje** -a s (â) *glagolnik od hajdukovati*: pripovedovati o hajdukovanju.

Izključevanja

Zmeraj je tako, da smo vključeni v nekaj. Zmeraj je tako, da smo izključeni iz nečesa. Ta sistem izključevanja je narejen tako, da moraš aktivno bedeti in loviti trende. Vključi se takoj, ko je to *in*, izključi, ko to ni več *in*. Če ostaneš predolgo, te lahko povozi najmočnejše sredstvo življenja, to je ČAS.

Jenjevanja

Da bi vsaj prenehala priljubljenost zadolževanja. Nasilje nad protestniki in preboj protestnikov, ki čakajo na ustanovitev po trendu potreb nastale združbe. Da bi vsaj jenjale šolske vojne. Da bi doživeli prisebnost digitalne revolucije.

Kupovanja

Kupim takrat, ko se to spleča. Na razprodaji, ko se razprodaja končuje. Čeprav ni dneva, ko ne bi bilo nekje označeno, da je znižano. Da plačaš dva, dobiš tri. Da je zaprtje trgovine in zato 70 % popust. Moderno je prištediti ravno s kupovanjem na razprodajah oz. tam, kjer dobiš isto stvar za dostopno ceno.

Lasovanja

Dolgo so me lovili. Vse kaže, da bi lahko ujela sodobni trend. Ko so me ulovili, pa sem se prestrašila. Ni mi všeč ta trend, spustila ga bom in čakala na naslednjega! Tako me še zmeraj lovijo in potem spustijo? Morda nisem to, kar iščejo! Konjenica gre naprej.

Sprašujem se, ali bom zdaj v trendu zajahala konja in pogledala na življenje iz drugega zornega kota, z lasom v rokah lovila naslednji trend.

Minevanja

Minevanje je dejstvo, da je trend treba jemati z distanco. Glasbeni trend, plesni trend. Ustvarjenje lahko uspe privreti na površino med trendi. Brez zavedanja o minevanju bi postalo naše ustvarjenje tragedija, morda zgodba polna črnega humorja.

Nadlegovanja

Nadlegujejo nas, nadlegujemo vas. Nadlegovanje je vzmet za premikanje po liniji najmanjšega odpora. Nadlegovanje je neizogiben del vsakdanjika. Če bi nas ne nadlegovali z modnimi trendi in številkami, statičnim prikazom realnosti, bi zasanjano zadremali v toplem naslonjaču. Nadlegujte me, da se zbudim!

Oddaljevanja

Oddaljim se morda nekam. Morda kdaj, ko je dopustniški čas. Če se oddaljujem od številke, se oddaljujem od življenja. Številke so tiste, ki narekujejo življenje. In kadar se oddaljujem, je najbolje, da računam in preračunavam. Če bi dobro izračunala, bi se oddaljili le od vsega, kar že realno mora odpasti, daleč od nas.

Podpihovanja

Če bo enkrat tlelo, bo hitro zagorelo. Podpihovanje ni trendovsko, pomaga pa, da nekdo ostaja v trendu. Je morda celo izraz borbenosti. Zdrava tekmovalnost, brez katere ugasneš, še preden ogenj zagori. In agresije za uspeh, preživetje na trgu.

Rokovanja

Rokovanje in pogled v oči sta začetek in konec, sta družbena kretnja. Rokovanje je bonton. Pozdrav, sklepanje novih poznanstev. Rokujemo se ob izrekanju priznanj in voščil, sožalj. Pozdravljanje in rokovanje nista le trend. Morda ni več moderno stiskati roke, tako da nam pokajo prsti. To velja tako za poslovni svet kot med prijatelji. Odprta iztegnjena roka nima skritih namenov, je odraz našega vtisa. Ljudje ne marajo mrtve, mrzle ali lepljive roke.

Spakovanja

Spakovanje in sprenevedanje. Dobro trendovsko spakovanje in sprenevedanje ti lahko prinese nagrado, če si komedijant ali gledališčnik. Če pa to nisi, je to nenaravno, ker so spakovanja za igralce in gledališnike. Ti pa imajo svoj trend, ki je le pika na i. Spakovanje je lahko grd pogled ali priliznjen nasmešek.

Ščuvanja

Ščuvanje je neprijetno. Povzroči, da ljudje postanejo napadalni in popadljivi. Ščuvajo mediji in tudi facebook. Ščuvajo k svobodi govora. Kaj šele spodbujati k dejanjem, slabim dejanjem. Ne vem, zakaj bi kdo škodil družbi, ljudem, sočloveku? Zakaj ljudje ščuvajo in hujskajo? Prepirava se zaradi vojne in miru! To ni trendovsko.

Točkovanja

Točkuj, kateri trend prevladuje pri tebi. Točkuj svoje odločitve. Točkuj in tvoja dejanja bodo ločena na poraze, uspehe in zmage. Ker če sam ne točkuješ, bodo to storili drugi. Prepusti se življenju, ampak točke te vodijo naprej. Prebudi svojo motivacijo in voljo s točkami. Saj smo vsi zvezdice, ki žarijo, le nekateri niti teh niti tistih na nebu ne vidijo.

Koliko točk si zbral/a?

Uveljavljanja

Uveljavljati svoje pravice in želje na pravi način. Uveljavljati svoje delo in sebe kot samoaktualizacijo življenja, morda kot svoj cilj. Uveljaviti se na trgu, uspeh. Uveljaviti se in zablesteti. Postati trend pa je korenita sprememba življenja.

Vključevanja

Naše življenje je polno. Vključiti malenkosti v vsakdanjik je super odločitev. Naviti lasje in malo barve. Pajkice in škornji, spet na sceni. Biseksualnost in nakup delnic ob pravem času. Novoletna razprodaja. Pohišstvo, ki nas obdaja v bivalnih prostorih.

Zasipavanja

Dnevno smo zasipani z oglasi, ki so polni ombre tehnik trendov in podobnih namigov za naš uspeh. Naj bo to lepota, kultura, posel ali znanost, odzivamo se tako, da se

odkopljemo, pokukamo iz hiš, sob in gremo na ulice. Pogledamo izložbena okna in se odločimo ali bomo z ulic šli v nakupovalne centre ali pa kar domov.

Žlobudrovanja

Tisti, ki govori mnogo in nepomembne stvari, je žlobudra. To postanemo večinoma takrat, kadar se izmotavamo iz določene situacije. Kolikokrat nam v življenju pride prav umetnost opisovanja besed? Z željo, da poiščemo enak pomen. Če bi se v življenju sporazumevali le z enimi in istimi ljudmi, tega ne bi potrebovali. V življenju pa se srečujemo in spoznavamo. Takrat, ob teh novih situacijah, si želimo, da bi se razumeli.

Takrat si lahko oprostimo, če se prelevimo v žlobudre, tako po trendovsko.

Iz besede: žlobúdra -e ž (û) 1. slabš. kdor govori mnogo in nepomembne stvari: ne zmeni se za to žlobudro; on je prava žlobudra 2. slabš. nerazumljiva govorica, nerazumljivo govorjenje: vpili so v žlobudri, ki jo je komaj razumel / ta jezik je zame prava žlobudra.

4 KOMUNIKACIJA

ABCČDEFGHIJKLMNOPRSŠTUVZŽ

abecedovanja barvanja carjevanja čustvovanja dopisovanja ediktovanja fetišovanja
gospodovanja hahavanja izmenjavanja jelkovanja kljubovanja lahnovanja modrovanja
navezovanja obdarovanja prepričevanja razumevanja sodelovanja šepetavanja tekmovanja
uravnavanja vmešavanja zapovedovanja žrtvovanja
ABCČDEFGHIJKLMNOPRSŠTUVZŽ

Abecedovanja

Abc – vse kristalno jasno? Pri komunikaciji je to pomembno. Da se razume beseda, sporočilo. Bistvo. Kaj želiš povedati? Če poznaš abecedo, bomo lažje komunicirali.

Barvanja

Barve. Z barvami komuniciramo kakor z besedami. Npr. črna je po elementih voda. Pri uporabi miselnih tehnik, po klobukih predstavlja pazljivost in preživetje, morda ovire. Zelena po elementih predstavlja les, po klobukih pa kreativnost, zaključek. Modra predstavlja po elementih nebo, po klobukih pa široko razgledanost in razmišljanje o razmišljanju. Seveda je modra modrost. Rdeča je po elementih ogenj, po klobukih toplina, čustva. Oranžna je po elementih zemlja, po klobukih pa optimizem. Pomeni, da iščemo prednosti. Bela barva je po elementih metal, po klobukih pa informacije, dejstva in številke. Predstavlja dejstva.

Carjevanja

Car komunikacije je car odnosov. Ključ do uspešne komunikacije so spoštovanje, razumnost in skromnost. Razumevanje, sočutje in milina. Sporočanje in sprejemanje. Aktivnost in ogromno vložene truda. Predvsem pa ljubezen do sočloveka. To izražamo s komunikacijo.

Čustvovanja

Čustva gojimo kakor sadove na vrtu. Kar gojimo v sebi, to v nas rase. Kar posadijo v nas drugi, ni treba gojiti. Odločimo se. Koliko čustev izražamo, je naša umetnost življenja. Nikoli ne dobimo preveč priložnosti, da pokažemo svoja čustva. Dobimo jih dovolj, da jih izrazimo ob pravem trenutku.

Dopisovanja

Dopisovanje je dobra oblika komunikacije. Je vir izražanja. Je komunikacijska vez. Med tabo in drugo osebo. Morda skupino. Dopisovanje ima lahko izobraževalni, vsekakor prijateljski učinek.

Ediktovanja

Urednica svojega življenja. Urednica svojega besednega zaklada. Zato, da bi bilo vse O. K. Ljubim besede. Živo, energično se prebijam skozi vse komunikacijske kanale. Prav prefinjeno osvajam svet.

Fetišovanja

Moje oboževanje oblek in obuval. Torbic in drobnih bleščic na očesni veki. Ja to je moja moč za uspešno komunikacijo. Pomisli, kaj te naredi nedotakljivega, slepo oboževanega in priznanega.

Gospodovanja

Gospodovalno obnašanje in komunikacija sta vprašanje tvojega položaja. Včasih nimata učinka. Včasih delujeta odbijalno. Ampak če sta prava, znata biti zelo prefinjena in komunikacija je zagotovljena. Ko se ti preprosto več ne morejo in ne znajo upreti.

Hahavanja

Komunikacija mimike na obrazu ima dober recept za uspeh. Smej se. Povej še komu, da je smešen. A previdno, lepo in prikupno. Nekomu, ki se prav kisko drži, podari svoj nasmešek, naj postane nalezljiv. Smej se, da razgibaš svoje trebušne mišice, da se povzdigneš nad sivino vsakdanjika. Smej se in pokaži svoj lep nasmeh. Hahljaj se od zadovoljstva. Naj bo zaslužno.

Izmenjavanja

O tem, kaj kdo podari komu, je v tradiciji odvisno tudi od kulture, ki jo je pridobil posameznik ob svojem odraščanju. Izmenjavamo si besede in mnenja. Izmenjavanje je lepa oblika spoznavanja. Od otroštva naprej vse do odraslosti si boš zapomnil/a, kaj si s kom izmenjal/a. Morda si kaj želel/a, pa nisi. Zato izmenjaj, deli, živo in radostno! Presodi, kaj ti bo trajen spomin in zadovoljstvo ob komunikaciji same/ga s sabo in ob obujanju spominov.

Jedrovanja

Vrtalniki in stroji z jedrovanjem zmeraj vedo, kaj je jedro. Strukturno in diamantno vrtam vate. To je moja komunikacija. Da najdem tvoje bogastvo. Obrusim biser, ki se skriva in blešči v tebi! Morda me je omamil plin, ki se je sprostil ob vrtanju. Morda sem omamljena od tvojega parfuma.

Iz besede: **jedrovanja** - proces vrtanja z vrtalnimi napravami. Te imajo napredovalno orodje konstrukcijsko oblikovano tako, da omogoča odvzem vzorca zemljin in kamnin, skozi katere napreduje.

Kljubovanja

Kljubuj. Vsekakor. Ampak komu, kdaj in kako. Delati drugače, kot se želi, verjetno razvija druge občutke. Umetnost komunikacije je to, da priznaš. Kdor se ne moti, sploh nič ne dela. Kljubovanje je lep občutek, a zahteva discipliniran um.

Lahnovanja

Lahno potrka, lahno zamahni z roko, in dokler ni to del performansa, ostani fin. Ker tako razvijaš svoj občutek in to postaja pravzaprav tvoja umetnost življenja. Glej ljudi. Vidiš, kako komunicirajo s svojim telesom? Življenje je tvoj oder, ne rabiš žametnih zaves in publike. Vse, kar je bilo delano z lahkoto, je cenjeno. Ker le lahkotno delovanje je profesionalno zgrajeno, na trdem delu.

Modrovanja

Modra komunikacija je preiščljena. Je pot do uspeha. Kaže na uglajenost in široko razgledanega človeka. Meja komunikacije je črta, ki loči modrost od filozofije. Zato za vsakdanjo komunikacijo filozofija ni potrebna. Biti moder je krasno. Ni treba, da postanemo žlobudre.

Navezovanja

Navezala sem stike z vsemi, ki jih potrebujem. Navezali so se name tisti, ki me potrebujejo. Navezovala sem jih skozi celo življenje. Sedaj sem bogata, spleteno imam mrežo svojega življenja. In jo vzdržujem. Skrbim zanjo, ker sem se navezala nanjo.

Obdarovanja

Nekaterim je podarjanje daril bolj privlačno kot prejemanje daril. Obdarovanje je kanal komunikacije. Darilo, ki je namenjeno določeni osebi, nosi svoje skrivno sporočilo. To je vsebina, ki jo nekateri pripišejo na vizitko. Nekateri radi povedo.

Prepričevanja

Prepričevanje je komunikacija, boj besed med dvema osebama. Prepričujemo nasprotno stran, da se nam pridruži. Prepričujemo sebe, da dobimo moč za doseg svojih ciljev. Kadar si v nekaj prepričan, takrat ni moči, ni sile, ki bi te lahko ustavila!

Razumevanja

Razumevanje je temelj dobre komunikacije. Da bi ljudje razumeli, razvijamo kulturo razumevanja, sporazumevanja. Zatiskanje oči in prepir. Iskanje lukenj in podžiganje ognja sta velikokrat beg pred lastno senco. Sporočam ti, da se razumeva. Glej esperanto.

Sodelovanja

Dobro sodelovanje je zagotovljeno. Komunikacija je garancija. Brez irokeze na glavi in hlač na trapez sem prišla k tebi. V rokah držim nov računalnik. Ti srkaš kavo ob branju spletne izdaje časopisa. Povabiš me k ogledu kratkega videozapisa na nekem "brezpomembnem" blogu. Chatamo.

Šepetavanja

Šepetam. Ali me slišiš? Sem glas, ki te vabi k poslušanju. Kakor da nisem prepričana, da bi želela, da me slišiš. Šepetam potih. Šepetam, tako da glas prebije tišino. Obrneš se in zašepetaš. Šepetaš besede, cele stavke. Pogovarjava se že celo uro, še zmeraj šepetava. Kakor da bi se bala, da naju bo kdo slišal.

Tekmovanja

Podpiram zdravo mejo tekmovalnosti. Tekmujemo v življenju za naklonjenost svojih staršev, učiteljev in prijateljev. Tekmujemo za dosežki in za napredkom. Tekmujemo z drugimi, pa vendar smo sami sebi najbolj nevaren tekmeč! Tekmovalna komunikacija: jaz sem dober, ti si boljši, ampak jaz bom še boljši.

Uravnavanja

V življenju hrepenimo po ravnovesju. *Balance*. Zato je prav, da uravnavamo. Uravnavam dejanja, odločitve in jih uporabljam za življenjske poteze. Uravnavam druženje, iskanje in morda zapravljanje. Ko je vse uravnano in popolno, načrtujem, kako bom zdaj te trenutke zadržala v večnosti.

Vmešavanja

To, da se nekdo vmešava, je lahko zanimiva komunikacija. Včasih prijetna, včasih moteča. Vmešavajo se starši v mladostniške igre in v prve zaljubljene pare. Vmešavajo se babice v življenje svojih otrok, ki vzgajajo otroke. Vmešavajo se vodilni v delo zaposlenih, kadar so oz. niso zadovoljni.

Zapovedovanja

Odločen način komunikacije je zapovedovanje. Ko nekemu ne preostane drugega. Daj, poskusi najprej na lep in fin način. Poskusi najprej z občutkom. Potrudi se biti razumljiv in prijazen. Potem pa zapovej! Pokaži, kdo je tu šef.

Žrtvovanja

Žrtvuj papir iz svoje lepe beležke in zapiši sporočilo, pusti ga na mizi in pojdi. Žrtvuj svoj čas in obišči kolegico, ki depresivna doma preživlja dneve. In vrni se domov, kjer so žrtvovali velik del svojega časa, zato da si ti danes, to, kar si. Vse to je tvoja globoka komunikacija s svetom, ki te obdaja.

5 UMETNOST in ZGODOVINA

ABCČDEFGHIJKLMNOPRSŠTUVZŽ

absurdovanja banovanja carjevanja čustvovanja doumevanja ecce homovanja
fetišovanja ginevanja hahljevanja izoblikovanja javorjevanja kurentovanja
lahnovanja minevanja naletavanja občudovanja prekupčevanja razodevanja
sooblikovanja šivanja tlakovanja ulivanja verovanja zarisovanja ženitovanja
ABCČDEFGHIJKLMNOPRSŠTUVZŽ

Absurdovanja

Sprenevedanja in formalne zahteve. Absurdno je marsikaj. In ta dejstva, umetnine so rezultat vseh sprenevedanj. Vseh zanikanj in priznanj. Kompromisi med eno skrajnostjo in drugo skrajnostjo.

To besedo vidim kot zmečkan papir, ki ga je od jeze v pest stisnil možakar. Izbuljene oči na obrazu ženske, ki v pesti drži svoj dokument. Kup papirjev, ki dokazujejo. Postane pobesnela figura iz rimske zgodovine. To je absurd!

Banovanja

Če želiš biti kot ban, ki je vladal v banovini, od 1929 do 1941 največji upravni enoti v Kraljevini Jugoslaviji, se moraš potruditi. Pravzaprav se moraš vključiti v politiko ali pa si ustvariti svoj zakon, ki bo deloval v okolju, v katerem si, tako da postaneš uspešen/uspešna. Naj bo to na Dravskem, Savskem, Primorskem, Vrbaškem, Zetskem, Drinskem, Donavskem, Moravskem ali Vardarskem.

Aja, vedno pozabim, da je to bilo leta 1929 ter da so časi Jugoslavije in banovin že minili.

Carjevanja

Carji in carice so bili od Ivana Groznega dalje. To je naslov slovanskih vladarjev. Carji in vladarji iz vrst plemstva. In ker smo pretežno ponosni Slovani, ostanimo carji in carice. Ta občutek je lep. Postavite in imenujte si častnike svojega življenja, podelite odlikovanja in razglasite zakone. Če ste med častniki, nikoli ne ranite roke, ki vas hrani!

Čipkovanja

Najstarejša pisna omemba čipk iz Idrije sega v leto 1696. Sprva so se klekljale čipke, ki so bile iz grobega lanenega sukanca in slabše kakovosti. Stavljene čipke so zamenjali s

sklepljenimi čipkami, splošno uveljavljen način klekljanja je postal t. i. široki ris oz. ris, za izdelavo katerega se je uporabljalo sedem parov klekljev. V 90. letih 20. stoletja pa so se začele ustanavljati nove prodajne galerije in ateljeji.

Doumevanja

Doumem, da se je to zgodilo. Rešujem in razumem. Čutno sem dojela in zdaj sem doumela. Jutri bom prišla nazaj k tebi in se bom pretvarjala, kot da ni nič bilo. In nisem pozabila. Niti nimam težav s spominom. Samo poglej me v oči in mi povej, da se je to res zgodilo.

Ecce homovanja

Ecce homo je trpinčeni človek. Trpim, kadar me ne marajo. Trpim, kadar te ne najdem. Trpim, kadar me prikrajšajo za lep občutek. Trpim, kadar mi pokradejo moje trenutke. Trpim, kadar ne morem uresničiti svoje ideje. Trpim, kadar prizadenem svoje bližnje. Trpim, kadar pomislim na neuresničene želje v življenju.

Fetišovanja

Moja pesem je tvoj fetiš. Moja roža je tvoj fetiš. Sprejmi to v dar, kot nadnaravno moč. Pomisli, da živiš v srednjem veku. Pripadnik mojega plemena. Poznal boš mojo družinsko zgodbo. Lahko boš oblekel moj pulover, ki bo dišal po mojem parfumu. Slep in pretirano se predaj oboževanju in priznaj, da sem ti dragocena. Ker to je moja umetnost zapeljevanja.

Ginevanja

Dan mineva, počasi gineva. Izgubljam svojo moč. Moja podoba plahni, kakor odsev podobe v vodnjaku. Strah gineva, a hkrati moč in podoba. Starka, ki gre čez cesto, slabi, in če jo dobro pogledam, hira. Zaskrbljena mati gineva pod težo skrbi. Moja podoba je izginila z obličja zemlje. In brez glave bi kdo zgodovinsko gledano pomislil, da je začaran.

Hajdukovanja

Moški so na hajdukovanjih, ženske delajo doma. On je slavno končal svoje junakovanje. Končal izpostavljenost, enolično prehrano in žrtvovanje svojega časa brez svojih dragih oseb ob sebi.

Iz besede: **hajdúk** -a m (ū) pri nekaterih južnoslovanskih narodih **1.** nekdam *borec, ki se na gverilski način bori proti turškemu okupatorju*: četa hajdukov; pesmi o hajdukih.

Izoblikovanja

Izoblikovalo me je življenje. Moja zgodovina je moja učiteljica. Moja zgodba prikazuje moj razvoj. Moj časovni trak prikazuje moje vijuge. Izoblikovano imam samopodobo. Izoblikovane imam načrte življenja. Ne pričakujem več kot pričakovanja, ki jih gojim po tem, ko sem spoznala vso mojo rodbinsko zgodbo. Jabolko ne pade daleč od drevesa.

Izoblikovana podoba zdaj čaka na uresničitev.

Javorjevanja

Letvica armaturke v Mercedes Benzu je iz črnega javorja. Meni je iz javorja naredil pohištvo. Lepo izrezljano in oblikovano. V predalu je pustil nekaj dolgopecljatih listov. Občudujem mizo in zaljubila sem se, v javorjev les. Ženica je posadila japonski javor v posodo z mešanico substratov. Javor je zaščiten in ga je treba ohranjati. Na mizi je postavljenih nekaj žlic iz javorovine. Glasbila, pravzaprav njihovi deli, so iz javorja zaradi zvena.

Kurentovanja

Kurentovanje je umetnost in nosi zgodovinsko tradicijo. Prvo je potekalo na pustno soboto leta 1960. To je bil spreved tradicionalnih pustnih mask iz Markovcev. Mednarodne razsežnosti je kurentovanje doseglo v naslednjih letih, ko so se domačim in drugim slovenskim tradicionalnim maskam pridružile še skupine iz Hrvaške, Srbije, Makedonije, Madžarske, Avstrije, Italije idr. Več deset tisoč gledalcev pa so privabili vsako leto tudi z duhovitim in bogatim karnevalskim delom. Kurentovanje traja 11 dni.

Ločevanja

Sistem ločevanja odpadkov se je razvijal. Vsekakor ima ločevanje veliko vrednost za prihodnost naših rodov. Ekološki otoki in stisnjene bale istovrstnih odpadkov. Zbirni centri papirnih odpadkov, plastičnih izdelkov, recikliranje plastične in steklene embalaže. Umetnost izvirnih idej uporabljenih odpadkov nima mej. Kakor obleke iz jogurtovih kozarčkov ...

Minevanja

Minilo je obdobje. Minil je trenutek, dan, mesec in leto. Vse mineva, otroštvo, mladost in projekti. Prijateljstva in poznanstva. Tradicija in običaji. Minevajo klasike in obračajo se leta, ko je vse bilo tako dobro postavljeno. In zdaj je kar vse minilo. Mineva pred našimi očmi kot tren. Trenutek, ki ga lovimo in ga želimo zadržati za večno.

Naletavanja

Naletavanje ni umetnost, ki traja. To so trenutki, ki nam jih pričara narava. Naletavajo koruzni hrošči in naletava sneg. Koruzni hrošči so naleteli v bližini meje z Italijo. Sistematično so njihovo širjenje v Sloveniji spremljali od leta 2003 do 2007. Koruzne hrošče so zvabili na rumene lepljive plošče, ker so škodljivci. Naletavali so povprečno 24 km/leto pa vse do 7 km/leto.

Občudovanja

Umetnino občudujejo kuratorji, poznavalci umetnosti in običajni sprehajalci. Občudovanje je lepota, ki se zaiskri iz oči ob pogledu na osebo, predmet. In ta v nas vzbuja ta občutek. Zato je s pravim načinom življenja tudi človek umetnik življenja. Morda si prav v tem trenutku zasluži tvoje občudovanje. Občudovanje in navdušenje zbujejo poklici umetnikov, morda pilotov in turističnih vodnikov ter drugi, manj običajni poklici.

Prekupčevanja

Zgodovinsko prekupčevanje s sužnji je grenka izkušnja. Prikazana je v mnogih umetninah in filmih. Danes trgamo verigo osumljenih prekupčevalcev. Vzrok in kontekst sta neznana. Prekupčevanja z mamili, tobakom, ljudmi in ženskami. S človeškim življenjem! Nekateri pa vidijo kot dober posel prekupčevanje z grobovi, poplavljenimi zemljišči. Ilegalna trgovina z orožjem, penicilinom, plinom, organi in zdravili. Z vstopnicami, kavbojkami in najlonkami.

Razodevanja

Razodela sem ti resnico. Razodevanja so trden vezni člen v življenju. Le tako se nekam pride. Z uresničenjem.

Spor med različnimi stališči in pogledi na življenje. Spor med razodevanjem in uresničevanjem. Ta spor je prisoten v teozofskem gibanju, od samega začetka in je akuten od leta 1925. Takrat je po eni strani razodevanje postalo groteskno.

Samoobtoževanja

V zgodovini so obtoževali čarovništva ženske oz. domišljajska bitja z nadnaravno močjo. Za nezvestobo, za zapeljevanje, za zdravljenje. Niso poznali konstruktivnega reševanja sporov. Danes se same žalostijo in živijo v depresiji. Zaradi vez na daljavo. Zaradi nezadovoljstva s samim seboj. Depresija obsega samoobtoževanje, ki ga v žalosti ni. Ker je žalost čustvo. A žalosti ne spremlja samoobtoževanje. Samoobtoževanje lahko pomeni, da je oseba jezna nase.

Šivanja

Začetki šivanja na naših tleh segajo daleč nazaj v paleolitik. V Potočki zijalki so našli koščeno iglo s konično luknjo iz okoli 35.000 let pr. n. št. Konfekcijska dejavnost se je pri nas do 20. stoletja v glavnem ohranjala na rokodelski ravni. Večinoma so krojači imeli manjše obrtniške delavnice. V drugi polovici 19. stoletja se je tudi na Slovenskem uveljavil šivalni stroj.

Tlakovanja

Naše okolje je odraz naših estetskih zahtev in finančnih zmožnosti. Tlakujemo si pot, po kateri stopamo v svoj dom. Kakor polagamo naravne kamne, beton ali žgano opeko (če nismo doma v mrzlih krajih), tako polagamo barve, ki nas polnijo s toplino in nas navdihujejo. Obdajajo nas z mirom. Npr. staran ali peskan tlakovec, ravne linije, moderni videz in umetnost izdelkov.

Ulivanja

Ulitki. Ulivam črke s svinčenih zlitin. Črke so sedaj le še kalupi. Kalupi stari, izdelani po načrtih za popolnost. Vrnimo se v leto 1850. V mislih imam staro Gutenbergovo iznajdbo za tisk v 15. stoletju, ki je poleg stiskalnice njegov drugi najpomembnejši izum.

Verovanja

V nekaj preprosto moramo verjeti. V kaj? V vsej zgodovini in po vsem svetu so ljudje verjeli, da obstaja nekaj več kot zgolj fizični svet, ki se zaznava s čutili. Celó takrat,

kadar razmišljate ali čustvujete, uporabljate možgane, ki so del fizičnega sveta. Verni ljudje verjamejo, da obstaja nekaj posebnega, kar daje njihovem življenju vsebino in smisel. Verjamejo, da je to posebno prav tako resnično kot fizični svet; verniki so prepričani, da je to posebno bolj resnično kot fizični svet, zato ga včasih imenujejo končna ali popolna resničnost.

Zarisovanja

Iz bogate palete svojih znanj sem potegnila pisalo. Zarisala sem krog na blago, da mi sešijejo lepo oblekico. S strojem za zarisovanje so zarisali igrišče v športnih dvoranah in v telovadnici. Na cesti so zarisali talne označbe in sledijo vzdrževanja.

Ženitovanja

Na veji žvrgolijo o tvoji popolnosti. Žvrgolijo o želji, ki jo nosiš v sebi. Da bi se ti življenje napolnilo z umetnostjo ljubezni. Tako, da bi bila v tebi, zraven tebe in ob tebi. Umetnost poročevanja ali umetnost življenja. Znati jesti in piti. Zavezovanje med moškim in žensko. Poroka in ženitveni proces sta samo vstopnica, za vse ostalo moraš najti recept. Gojiti, kakor rože na vrtičku, svoj vrtiček življenja.

6 GLASBA

ABCČDEFGHIJKLMNOPRSŠTUVZŽ

abecedovanja barvanja cafovanja

četovanja dopisovanja ediktovanja filmovanja gostovanja hitevanja
izveneovanja jenjevanja kupovanja ločevanja mirovanja nategovanja opevanja
preposluševanja radovanja samouresničevanja šepetavanja točkovanja

uglasbovanja valovanja zborovanja žvrgolevanja

ABCČDEFGHIJKLMNOPRSŠTUVZŽ

Abecedovanja

Note in notno črtovje so abeceda glasbenega sveta. Violinski ključ, bas ključ in pavze. In vse te zastavice, ki delijo takt na polovinko, četrtno, osminko in šestnajstinko. Glasbeni trenutki v glasbenem svetu. Govorica, jezik glasbenikov.

Barvanja

Barve glasbe so kakor valovi, ki jih čutimo v možganih. Naše razpoloženje (bodisi pozitivno bodisi negativno) vpliva na naše učenje, spomin in storilnost. Na razpoloženje ima velik vpliv glasba. Kako? Glasba vzpodbudi v možganih gama sinhronizacijo, kar pomeni, da omogoči, da se različni predeli možganov med seboj povežejo in informacije dojamemo bolj celostno. Nova tehnologija je zelo priročna, še posebej pri proučevanju kompleksnejših notranjih procesov, kot so na primer spoznavni procesi. Študije, s katerimi so proučevali glasbo in možgansko aktivnost, ugotavljajo, da glasba aktivira veliko različnih delov možganov. Tako se pri poslušanju glasbe poleg delov, v katerih naj bi se procesirala glasba, aktivirajo še deli možganov, ki se povezujejo s pozornostjo in vizualnimi sposobnostmi.

Cafovanja

Caf, caf, caf, ritem, ki drži takt. Fljuk, fljuk, fljuk. Z medmeti lepo posnemamo naravne glasove. Tako ustvarimo prijetno sozvočje. Skladbo, ki jo sestavljajo naravni glasovi in zvoki, ki jih tvorimo.

Npr.: mljask, mjav, mjav in caf, hov, hov. Bim, bim, bim, bim.

Ali npr. tiktakanje ure, ki eksplodira:

tika taka tika taka tika taka tika taka tika taka, bum bum.

Caf = medmet: posnema glas pri udarcu ali zamahu (caf, se je zasadil nož v meso).

Čustvovanja

Vsaka glasba ima čustven prizvok, učinek na nas. Nekatera namenoma. Uporabna le za meditacijo. Mozart npr. najbolje deluje na naše možgane kot predpriprava za učenje.

Dopisovanja

Dopisala sem eno noto in pobrisala nižaj. Izbrisala sem vse polovinke in napisala osminke. Hitro in veselo bomo odplesali skozi zadnja vrata in izginili v noč. Vadi zdaj to pesem in se uri. Le tako bomo po osminkah odplesali elegantno in popolnoma naskrivaj.

Ediktovanja

Številne raziskave so dokazale, da je glasba zelo primerna podpora za hitro učenje tujih jezikov in za doseganje alfa stanja. Glasba lahko izzove posebno stanje sprostitve, v katerem so možgani najbolj dovzetni za sprejemanje informacij. To je stanje sproščene pozornosti. Sproščeno zavedanje. V tem stanju je um osredotočen in pripravljen za sprejemanje novih informacij. Ste vedeli, da si v njem lahko zapomnimo tudi do 1200 besed, kar je povsem primerno za hitro učenje tujih jezikov? Glasba mora imeti primeren ritem, in sicer 50–70 udarcev na minuto, da se možgansko valovanje umiri. Najbolj priporočljiva glasba za ta namen je baročna glasba 17. in 18. stoletja. To je glasba, ki so jo napisali: Italijan Correlli, Antonio Vivaldi, Francoz Couperin, Nemca Bach in Handel.

Filmovanja

Filmska glasba je zvočna podlaga za film. Film je namreč sintetična zvrst. Združuje literarno ustvarjanje, dramsko igro in glasbeno umetnost. Pri tem uporablja tehnična sredstva, ki so na razpolago za ustvarjanje iluzije resničnosti. Studijska tehnologija in računalniška animacija. Zato je bilo razmerje med filmom in glasbo v tesni povezavi v vseh zgodovinskih obdobjih filmske zgodovine.

Gostovanja

Gostovanja glasbenikov so pogosta. To so gostovanja glasbenih šol v različnih dvoranh. Izvajajo jih javni zavodi. Podpirajo jo država, lokalne skupnosti, nevladne organizacije in samostojni ustvarjalci. Gostovanja spadajo v javni interes na področju glasbene kulture. To so razni koncertni cikli in festivali. Gre za kakovost

poustvarjalcev. Za glasbeno založništvo (akutna in notna gradiva). Načrtno se spodbuja ustvarjanje izvirnih glasbenih del in koreografij. Podpira se glasbeno-scenska produkcija in bogatenje RTV-programov. Gostovanja so podporni projekti na področju glasbene umetnosti, so mednarodna promocija glasbene ustvarjalnosti in poustvarjalnosti.

Hitevanja

Hitimo v tempu. *Accelerando*, vedno hitreje in hitreje. In še *stringendo*, vse hitreje. Tako hitro, da komajda zmoremo!

Tempo označuje hitrost izvajanja glasbenih del. Nanaša se na trajanje osnovne ritmične enote v taktu. Ritmična enota je pri 3/2 polovinka, pri 4/4 pa četrtnika. Tempo, kot enakomerno hitrost izvajanja, določamo z opisnimi oznakami: *andante*, *allegro* ... Z metronomsko oznako pa definiramo, koliko danih ritmičnih enot moramo zaigrati v eni minuti. Neenakomerno hitrost izvajanja pa lahko označimo s tempom: *rubato*, *colla parte* in se vrnemo v strogi tempo z izrazom *a battuta*.

Izzvenevanja

Izzvenela je skladba. Leta smo jo poslušali in je izzvenela. Ampak v ušesih še zmeraj zveni ta zvok. Zveni in na trenutek bi si skorajda ponovno zaželela, da bi skladba zazvenela. Ampak dejstvo je, da je skladba izzvenela. Ko jo po letih spet slišimo, se spomnimo na tisto obdobje, ko smo poslušali to pesem. Neverjetno, koliko trenutkov življenjskega obdobja lahko prikličemo iz spomina s poslušanjem že davno izzvenelega skladbe.

Jenjevanja

Najprej *ritenuto*, zelo zadržano, potem pa je na partituri pisalo *ritardando*. Kar pomeni zavlačujoče, vse počasneje. In potem *tenuto*, kar je pomenilo zadržano. Glasba je jenjavala. Tako počasi se je pesem ustavila. To je pomenil konec pesmi. Vsi smo zaploskali.

Kupovanja

Glasbo lahko kupimo v trgovini. Obstaja npr. programska oprema, ki jo lahko uporabljamo na računalniku ali mobilnem telefonu. Omogoča prenašanje melodije, urejanje glasbenih zbirk in poslušanje CD-jev. Tam je na voljo več kot 3.000.000 kakovostnih melodij.

Ločevanja

V glasbi ločimo več glasbenih zvrsti. Naj jih tu le nekaj naštejemo: acid jazz, alternativni rap, alternativni punk, alternativni rock, art rock, ambientalna glasba, amen break, avantgardni rock, beat, bebop, big beat, black metal, bluegrass, blues, boogie-woogie, bossa nova, britanski blues, britanski pop (britpop), cajun, canterbury, cool, country, cow punk, dance, dancehall, death metal, disko, dixieland, dream pop, duhovna ritmična glasba (DRG), drum in bass, dub, dub reggae, eksperimentalni rock, elektronska glasba, elektropop, elektronski rock, emo (emocore), etno-jazz, fado, filmska glasba, folk, folk rock, free jazz, funk, funky drummer, fusion, gabber (gabba), gangsta rap, garažni rock (garage rock), glam rock, Goa trance, gospel, gotski rock, grunge, happy hardcore, hard rock, hardcore punk, heavy metal, hilibilly, hip hop, hot, house, indie rock, industrijska glasba, industrijski rock, jangle pop, jazz, jazz rap, jazz rock, jodlanje, jump blues, jumpstyle, kalipso, krautrock, lovers rock, mariachi, marš, math rock, mento, merengue, merseybeat, metal (+ podzvrsti), metalcore, minimal, mod, neoklasicistični rock, neoprogresivni rock, Neue Deutsche Welle, new age, no wave, noise pop, nova romantika, novi val, nu soul (nouvelle-soul, neo soul), Oi!, plesna glasba, pop folk, pop glasba, pop punk, pop rock, post punk, power pop, progresivni metal, progresivni rock, progresivni folk rock, prosto-progresivni rock, psihedelični rock, psychobilly, punk, punk rock, queercore, ragga, ragtime, rai, rap, rapcore, reggae, reggeton, ritem in blues, Riot Grrl, rock, rock & roll, rock steady, rockers reggae, rockabilly, roots rock, roots rock reggae, sadcore, salsa, screamo, shoegazing, sibirski samomorilski post punk, simfonični rock, ska, ska punk, skiffle, slowcore, soca, son, soul, space rock, spiritual, straight edge, surf rock, swing, synth pop, šramel, tango, techno, težkometalni rock, texmex, thrash metal, trance, trip hop, turbo folk, twee pop in Zeuhl.

Mirovanja

Težko sem si predstavljala, da mir poslušam. Da si v CD-predvajalniku predvajaš mir. Da je glasba bolj mirna kot jaz. Torej sem jaz bila svoj mir in potem je glasba postala moj mir. Zato sem poslušala zvrsti glasbe, tako v ozadju. Da zdaj vem, katera glasba ni oz. je mirna.

Nategovanja

Nategnil je skladbo. Tako, da je sedaj dolga. Predolga. Tako je dolga, da je nategnjena. In kadar pozabim, da poslušam, vzamem iz predala prav to skladbo in jo zavrtim. In

takrat mi je ni treba poslušati. Samo, da je. Ta nategnjena skladba je zdaj tu napolnila to sobo z glasbo in je postala ambientalna skladba.

Opevanja

Opevala bom življenje. Vse svoje ljube, ki me obkrožajo. Vse dogodke, ki jih žejno pričakujem in jih občudujem. Opevam jih, v sebi. Tako, da me radostijo misli. Da me radostijo in polnijo z življenjem.

Preposluševanja

100-krat smo preposlušali. Bas je še zmeraj preglasen. Kitara je tam malo zamudila. Nisem slišal tega prehoda, ker ni bil dobro odigran. Daj, zapoj še enkrat, da bo ta skladba dobra. Da bo res dobra. Poslušamo glasbo. Slišimo popolnost in ne napak. Gladko in jasno skladbo, glasbo. In ostane nam v glavi. Zvečer, ko zaspimo. Zjutraj, ko se zbudimo. Zapelje nas v skušnjavo ponovnega poslušanja. Čisto naskrivaj se vtke v naše zaznavanje.

Radovanja

Radost glasbe ima velik vpliv na počutje. Vsaka glasba vpliva na razpoloženje. Lahko je to kratko otroško radovanje. Kolikokrat te je že prijatelj osrečil s skladbo? Glasba povezuje in osrečuje. Veseliš se nagrade, ki je velikokrat poslušanje glasbe v prostem času. In če si vesel, si veselo prepevaš. Morda tudi pod tušem.

Samouresničevanja

Samouresničenje z glasbo. Morda je to komu življenjski cilj. Morda kdo išče svojo čutnost v glasbi in postaja ob glasbi kreativen, kar pomeni, da doseže svoje samouresničenje z glasbo. Samoaktualizacija je vseživljenjski proces. Glasba ima to magično moč, da ponuja nešteto možnosti.

Šepetavanja

Šepetava glasbo. Šepetava glasbo najinega dueta. Slišijo se šumi. Sledijo nama z milim tonom, *pianissimo maestro*. Šepetamo zdaj vsi skupaj z orkestrom. Toni, ki se nas dotaknejo. Zvoki, ki nas nežno prevzamejo in nas ponesejo v transcendenco.

Točkovanja

Točkovali so nas na tekmovanju za najboljšo skladbo. Dobili smo 10 točk od 10. Točkovali so naprej in nihče več ni dobil 10 točk. Zmagali smo in posneli skladbo na tekmovanju. To nas je zapisalo med zvezde v glasbenem svetu. Vsi pojejo zdaj našo pesem, nihče več je ne točkuje.

Uglasbovanja

Uglasbiti skladbo pomeni, da svojo zamisel ali zamisel ustvarjalca prenesemo v glasbo. Zaigraj moje besede. Zaigraj jih zdaj. Tako da bodo vsi vedeli, da si zaigral moje besede. Čutiš zdaj to glasbo, prežeto z mojimi besedami. Krasno in popolno. Uglasbil si me. Zdaj pa me bodo res vsi poslušali.

Valovanja

Glasba naj bi spremenila (znižala) beta valovanje možganov. Višanje in nižanje tega valovanja se povezuje z aktiviranjem kognitivnih sposobnosti. Pokazalo se je celo, da so možgani glasbenikov (tistih s formalno glasbeno izobrazbo) v nekaterih predelih večji od možganov "neglasbenikov".

Zborovanja

Pevski zbor poje. Vsi glasovi so pokriti z mladimi pevci. Pevke še posebej izstopajo na sopranu. In nekaj basov iz grl gospodov, ki so pred tem pokadili cigaro. Resno so se pogovarjali, preden so šli nazaj v zbor. Dirigent je dvignil roko. Tišina. Prisluhni zdaj pretakanju sokov v telesih, iz katerih prihajajo glasovi.

Žvrgolevanja

Žvrgolele so ptičke na drevesu. Žvrgolele in žvrgolele. Tako, da jih je dekle poslušalo. Dekle je odraščalo in petje ptic vsako pomlad ji je odzvanjalo v ušesih.

7 ŠPORT

ABCČDEFGHIJKLMNOPRSŠTUVZŽ

a contovanja bivanja cirkusovanja

četovanja delovanja ekstravanja fantovanja Gostovanja hajdukovanja
izkazovanja jedrovanja kaznovanja letovanja maščevanja napovedovanja
označevanja plavanja razgibavanja samoobvladovanja ščuvanja taborovanja

uspevanja vključevanja zasledovanja žrtvovanja

ABCČDEFGHIJKLMNOPRSŠTUVZŽ

A contovanja

Na račun sponzorjev in na tvoj račun razvijamo športne veščine, ker je to ambicija posameznika, a večji užitek tistemu, ki je gledalec.

Fizična ali telesna priprava je pomemben del treninga športnikov na poti do uspeha ter zelo vpliva na njegove rezultate in zdravje. Vrhunski šport postavlja visoke zahteve za organizem, in če se želimo uspešno in brez negativnih posledic ukvarjati športom, je treba previdno in temeljito pristopiti k načrtovanju in izvedbi telesne priprave. Telesna priprava v vrhunskem športu pomeni izvedbo treningov s ciljem doseganja vrhunske forme športnika. Vrhunsko formo karakterizirajo izjemna psihofizična pripravljenost in sposobnost premagovanja ekstremnih naporov v specifičnih okoliščinah in hitra regeneracija.

Bivanja

Nekatere kočje, domovi, morda hoteli so primerni za potrebe športnikov. Ponujajo kolesarjenje, priprave ob tekmah. Nekatere ponudbe vključujejo najem športnih kapacitet ali neposredno bližino športnih centrov. Tudi kuhinja je prilagojena za prehranjevanje športnikov. Ker pa zraven spadajo tudi sestanki, je na voljo tehnično opremljen večnamenski prostor za timske sestanke.

Cirkusovanja

Cirkus vsebuje na programu tudi akrobatske točke. Morda je športni ples, akrobatski ples. Sprašujem se, ali je cirkus sploh šport. Beseda cirkus se uporablja kot beli cirkus, teniški cirkus. Nekateri označujejo *freestyle* športe za cirkuške športe.

Četovanja

Nogometne čete so na pohodu. So ambiciozne, pridne in držijo skupaj. So neločljivo povezane in sledijo istemu cilju. Čete so ljudje, ki se borijo za zmago ekipe. Vsak posameznik šteje, tudi rezerva. Včasih potrebujejo čudež in takrat ti posamezniki res uporabijo vse svoje moči. Takrat je igra izredno močna in tekmovalna.

Delovanja

Najvišja slovenska znanstvena in raziskovalna ustanova na področju športa je Fakulteta za šport. Z znanstvenimi raziskavami in z vzgojo vrhunskih športnih strokovnjakov gradi temelje športne kulture našega naroda in države. Strmi h kakovosti, mednarodni primerljivosti in čim širši prepoznavnosti. V sodobnih pogojih več skrbi posveča interdisciplinarnosti. Prihajajo nove generacije nadarjenih študentk in študentov.

Ekstravanja

Nenavaden in poseben šport so ekstremni športi. Ultramaraton, maratonsko plavanje, svetovni alpinizem, smučanje z najvišje gore sveta. Tekmovanje v najtežjem reliju na svetu. Skakanje s padalom z več kot 10.000 skoki. Nekateri športi so priznani, nekateri čudaški. *Surfanje* na vlaku, *bordanje* na vulkanskem pesku, *base jumping*, *zorbing*, skakanje v vodo z visokih skal, raftingi čez slapove, podvodni hokej, *slacklining*. V glavnem se jih lotijo odlični in izvrstni športniki z dobrimi kvalitetami.

Fantovanja

Smuk, superveleslalom. Fantje ljubijo šport. Šport je moškimi zapisan v genih, saj so bili jamski ljudje, živeli so za lov in bojevanje. Šport vsebuje vse vrline, ki jih je potreboval jamski človek za uspešno opravljanje svojih zadolžitev. Hitrost je bila ključnega pomena za preživetje. Skupinska pripadnost je pogoj za učinkovito sodelovanje. Pri športu dobi ekipa vedno drugo možnost in še eno priložnost. Druženje s prijatelji je najboljše ravno ob športu. Tako skupaj delijo svoje veselje. Šport omogoča, da se ob njem družijo s prijatelji in zraven uživajo ob najljubši pijači. Seveda je dejstvo, da lahko vpijejo, vpijejo na televizijo. To jih to ne bo stalo ne službe ne zveze!

Gostovanja

Pri nas so gostovali športniki. Potem je naša ekipa gostovala pri njih. Posebej smo gostili športne zvezde. Imeli so mnogo intervjujev, deležni so bili polne medijske pozornosti. Tu spletno gostovanje ne šteje. Lahko pa športni navdušenci sledijo športnim rezultatom po celem svetu ali se na gostovanja v tujini organizirano odpeljejo. Ekskurzije, prireditve, športne in kulturne.

Hitevanja

Hitijo zmagam naproti, hitijo med večno zapisana imena. Hitijo športniki, da prehitijo vse mogoče in že dosežene dosežke. Borijo se sami s sabo in s človekom, ki je omejen s svojimi zmožnostmi! Neverjetno je, kako je čas pomemben in različen za nas in za smučarja pred ciljem. Stotinke morda za nekoga nikoli ne bodo tako usodne.

Izkazovanja

Izkazovanje spretnosti in veščin. Izkazovanje oboževanja sodelujočim vse do dosežene zmage. Kot motivacijsko sredstvo. Izkaže se potem športnik. Potem oboževanje počasi izginja. Šport je discipliniranje, brez izkazovanja ljubezni. Še oboževanje je pogojeno s statističnimi podatki.

Jedrovanja

Brez jedra v sebi bi ljudje bili prazni, brez čustev in fantazije. Ko pogledam človeka v oči, lahko vidim vse to, kar je in kar skriva v sebi, vse potenciale, ki jih bo morda v življenju razvil.

Če je sredina vrvi iz žice, je vrv težko pretrgati! Poglej na primer oreh. Jedro, nekaj, kar najdemo, ko olupimo lupino. V jedru lahko najdemo skriti zaklad. Vrhunski športnik na tekmi, v akciji, je samo jedro, brez lupine.

Kaznovanja

Disciplina pri športu je pod vprašajem, ker je vsako kaznovanje v obliki telesnih športnih vaj telesno, fizično "nasilje". Potem je pretiran trening prav tako kazen?! Morda je trener zaradi kaznovanja športnika ostal brez službe. Morda si kdo res kazni ni zaslužil.

Letovanja

Šport na letovanju je lahko pravi užitek za vse, ki so dnevno aktivni, tedensko aktivni, ki ljubijo svoje telo in skrbijo za svojo kondicijo. Zdrav duh v zdravem telesu. Umska kondicija in telesna kondicija. Plavanje, tek in sproščeno gibanje.

In seveda jutranja kontemplacija, meditacija in joga!

Maščevanja

Za športno maščevanje ne bo dovolj le zapeljivo oblačilo. Sladko maščevanje ne pomeni, da gremo na tortico. Mafijsko maščevanje pa to, da vam prinesemo njegovo glavo na krožniku. Maščevanje dokazuje, da umska moč in kvaliteta osebnosti nista odvisni od mišic in športnih veščin, ampak je priložnost, da se še enkrat preizkusimo. Je izziv.

Napovedovanja

Napovedujemo rezultate in pobiramo stave. V tem letu bodo naše športnice zmagale. Pobiram stave na spletnih stavnicah. To je hazardiranje, kakor igranje lota in stave na loteriji. Napovedujemo dobro sezono.

Označevanja

Na vaši poti iskanja bomo označili znake. Pohod je tako prost, a voden. Bodite pozorni na znake in urno do cilja. Ob vsakem znaku boste našli še dodatno nalogo. Potrudite se za to, da jo rešite. Vse je označeno. In da vam na misel ne pride popolnoma nešportno obnašanje obračanja znakov v napačno smer!

Plavanja

Plavanje ima zdravilni učinek. Plavanje je sodobna oblika sprostitev. Plavalne panoge zajemajo rekreacijsko plavanje v bazenih, intenzivno športno plavanje, skakanje v vodo in plavanje pod vodo. Potapljanje je športna veščina za pogumne z zdravimi pljuči. Za romantike je plavanje z delfinčki.

Razgibavanja

Razgibavamo se pred športnimi dejavnostmi, med njimi in po njih. Lahko individualno ali skupinsko. Razgibavanje ščiti pred poškodbami. Razgibavamo boke ali kar celo telo. Razgibavamo se s športno opremo ali brez nje. Sodobni izziv športnega razgibavanja so plezalne stene.

Samoobvladovanja

Če obvladaš svoje telo in svoj um, dosežeš ravnovesje in ne moreš, da ti ne bi uspelo. Zato je samoobvladovanje umetnost, veščina, ki je temelj za osvajanje vseh veščin. Dokler ni naše obvladovanje profesionalno, se urimo. Začetek samoobvladovanja je lahko tehnika dihanja, potem tehnika mišljenja. Če se v življenju naučimo, da vdihnemo, preden spregovorimo, je to lahko začetek našega uspeha.

Ščuvanja

Naščuvali so jih proti meni. Zdaj navijajo le za moj poraz. Ščuvali so jih tako dolgo, da so jih prepričali. Tako da bi še mene prepričali, da tega plesa, ki ga ravnokar plešem, nisem zaplesala jaz.

Ščuvanje je nesramno in nešportno početje. Nihče ne sme nikogar ščuvati v življenju. Niti ti niti jaz. Niti pri navijanju, virtualnem opazovanju in občudovanju niti pri vsakdanjem življenju in obiskovanju ljudi, ki jih imamo radi. Bolj ali manj, ker so lepi, prijazni, pametni, ker so tukaj, zraven nas.

Taborovanja

Taborniki so ljubitelji narave. Urijo se v vrlinah in razvijajo dobre lastnosti pri posamezniku, zato vključijo v svoja taborjenja ogromno športa. Odbojko in nogomet, streljanje z lokom. Vključijo družabne igre, karte in slikanice. Tabori so krasna reč za prijateljstvo, potrpljenje, komunikacijo za spoznavanje sebe in drugih.

Uspevanja

Kdo uspeva? Tisti, ki je uspešen. Kako dolgo in v čem? Če vidimo dobre rezultate, uspevamo. Takrat dajmo vse od sebe, da ostanemo na tej poti razvoja in ostanemo uspešni. Uspelo mi je, da sem zmagala. Zmagala sem v tekmi s časom. Zmagala sem sama proti drugim. Uspelo mi je vse to, česar nisem načrtovala. Zdaj uspevam beležiti še vse tisto, kar sem načrtovala. Potem mi bo uspelo, da uspem uresničiti še načrtovano.

Pomembno je, da zmeraj daš od sebe vse, kar lahko. Ne glede na to, kaj počneš.

Vkjučevanja

Vključila sem se v skupino za ples. Plesale smo pred velikim ogledalom. Opazovale smo gibe in telo. Krasno. Vaje sem izpopolnila do potankosti. In potem smo šle

nastopat na oder. Krasno. Vključila sem se v skupino. Imamo isti cilj. Nastopale bomo in tekmovali. Super. Vsaka vključitev mi pomeni tudi izključitev.

Zasledovanja

Pri pasji dresuri je predvsem pomembno, da upoštevamo psihološki vidik. Trenutek vadbe, ki potegne korak psa v pravo smer in ga ne spustimo. S psom zasledujem sled, ki sem mu jo nastavila. V snegu je najlažje. Zasleduje zdaj vonj po krekerjih in čaka, da pride do skrite igrače. Miga z repom, je že na cilju. S tačkami izbrska skriti predmet. Zmagali smo!

Žrtvovanja

Za športni dosežek žrtvuj svoj čas, jutro in deževen dan. Žrtvuj svoj tanek ranljivi sloj kože in vso svojo ranljivost. Postani zvezda, naj te ne gane čisto nič, dokler ne dosežeš svojega cilja. Raje si odgrizni jezik, kot da bi rekla/rekel kaj čez svojo ekipo, ljudi, ki ti pomagajo in te na tej poti bodrijo.

8 MODA

ABCČDEFGHIJKLMNOPRSŠTUVZŽ

adamitovanja bivanja capicovanja čapkavanja dopolnjevanja ekshibicijevanja
 fetišovanja gambovanja hahljevanja izkazovanja krojevanja letovanja
 malikovanja nakupovanja oblikovanja pobliskovanja razkazovanja sezuvanja
 šivanja trgovanja uspevanja varovanja zapeljevanja ženitovanja

ABCČDEFGHIJKLMNOPRSŠTUVZŽ

Adamitovanja

Akt. Po nudistih je sekta za nagoto vsakdanji tabu. Golota je lahko moderna. Golota je prikazana v modni industriji in uporabljana v oglaševanju. Upam, da etično. Če je oblačilo videti lepše z naravnim obrisom prsi, modrček ni potreben. Goli hrbet, eleganca, ki traja, je še zmeraj privlačno zapeljiv, neuporno lep, na vseh revijah. Izjeme prikazovanja golote so modne revije spodnjega perila. Tam je na ogled večji del kože telesa. Morda jo prikrije ekstremna poslikava teles z umetniškim *body paintingom*.

Iz besede: adamít -a m (i) rel. *pripadnik sekte, ki se zavzema za nagoto.*

Bivanja

Bivati moderno v udobni obleki je funkcionalno bivanje. Uporabimo obleko. Vnesimo vse, majhne robote in laserske projekcije časa, temperatur. Projekcije ljudi, ki zvonijo pri vratih, in projekcije trenutkov, ki jih želimo zadržati za večnost.

Zvečer pa svoje bivanje splaknimo z vodo in se namagnetimo z elektroni. To je preprosta umetnost bivanja. To je sodobno in moderno.

Capicovanja

V omari čaka kup capic. Da posije sonce in pogladijo, požgečkajo mojo kožo na telesu. Da me sprostijo in zgladijo nastalo zimsko gubico. Capica je oblekica. Capica je srajčka in ruta, morda šal.

Čapkavanja (kučma)

Kučma je simbol zimskih radosti. Ne nosim je na sebi, nosim jo v sebi. Siva me živo spominja na ruski mraz. Bela na mojo kapo s cofki iz otroštva. Bojevitost tega

pokrivala me navdaja z napoleonsko močjo za uspeh. Nadela si bom čapko. Nanjo zapičila pero in rozeto, da bo moja uniforma paradna in nabita z napoleonsko močjo v polni meri živela vse svoje življenje.

Iz besede: Čapka -e ž (â) zlasti v ruskem okolju *kapa, kučma*

Dopolnjevanja

Če uporabiš *accessories*, bo uspeh zagotovljen. Dodatki dopolnjujejo tebe, kot se dopolnjuje zvest idealen par, ki predstavlja celoto. Dopolnila bom tvojo sliko, če mi boš dovolil. Jaz moderna, ti zvest. Poduhaj moj vonj in se omami. Poglej naokrog in pomisli, kaj pogrešaš. Polnila bom vse, kar je v življenju pomanjkljivo, vse do prekoračitve.

Ekshibicijevanja

Dovršena nisem ne le jaz, ampak tudi ti, ko zaslišiš krik, dovolj! Ko je notranje zadovoljstvo ekvivalentno zunanjemu videzu. Ko so lasje in tvoja ramena lepi ter smo oblečeni v dovršeno obleko, ki je ulita na nas.

Iz besede: *eshibicija* -e ž (í) knjiž. *dejanje, s katerim hoče izvajalec poudariti svojo spretnost, dovršenost v čem: izvajati predrzne ekshibicije; prikazali so ekshibicijo v plezanju; akrobatsko-baletna ekshibicija / ekspr. scenarij je porabil le za lastne ekshibicije // nastop, predstava, ki naj pokaže spretnost, dovršenost v čem: po tekmovanju so prvaki priredili skupno ekshibicijo; ekspr. prikazali so pravo ekshibicijo hokeja; pren. ta knjiga je ekshibicija zmogljivosti jezika in sloga.*

Fetišovanja

Moja pesem je tvoj fetiš. Moja želja tvoj ukaz ... Najina naveza skriti talisman, ki je tvoja karizma. Zapisala sem 100 besed na temo lepota. Poglej zdaj ta lep plakat!

Gambovanja

Naj bo čelo in šest strun ali drobno rumeno zimsko jabolko. Oboje je moderno. Želim si trenutkov milega zvoka in vonja s parfomom napolnjenih zlatih jabolk. Želim si opojnega vonja in srednjeveškega obreda. Polno ljudi in polno vsega. V spremstvu glasbe in drobnih rumenih zimskih jabolk. Lepota in mi.

Iz besede: *gámba* -e ž (â) muz., nekdanj čelu podobno glasbilo, navadno s šestimi strunami

gámbovec -vca m (á) drobnejše rumeno zimsko jabolko: spraviti gambovce za zimo ♪

Hahljevanja

Zadovoljstvo me prežema, ker je moda postala konkretna. Ker se je preselila iz zaprtih krogov med ljudstvo, med ljudi. Danes ni več razloga, da ne bi bil moderen. Zato se hahljamo. Morda taistim, ki ob tej množici možnosti še zmeraj niso našli česa zase in še iščejo.

Izkazovanja

V modi povabilo k izkazovanju ni posebej potrebno. Vsi se zato v vsakem trenutku izkazujejo. Z vsakim korakom in besedo. Simbolično se izkažejo z unikatnim znamenjem svojega ustvarjanja, svoje blagovne znamke. In tako so vredni zaupanja, so mojstri. Kakor je komu npr.: mož, morda dober prijatelj.

Jenjevanja (ponehavanja)

Mineva moda šestdesetih, moda kratkega krila. Ta kos oblačila je *out* in se potem spet vrne. Mogoče so balon krila zamenjale hlače na korenček, ravne hlače pa žabe in legice. Porezane so vse špice na koncu čevljev. Morda so izginili ostri robovi in morda je pojenjalo vse to, kar je bilo preveč *in*. *In* je zdaj *out*. A samo za nekaj časa. Zato nosi vse, kar je *in* ali *out*, in si ustvari svoj stil. Če znaš stvar nositi, jo lahko nosiš, ne glede na to, ali je *in* ali *out*.

Krojevanja

Krojim si oblekico. Čakam na trenutek. Moj trenutek in poskusila bom, da bo iz tega kroja nastala oblekica. Leta jo bom nosila. Vesela sem, da imam nekoga, ki jo zaključi. Prav takšna je, kot sem želela. Pomembno je urezati in ne zrezati.

Letovanja

Na poletnih letovanjih je priložnost za oblačenje. Obleko si svobodno oblečemo. Vse tisto, česar nekje v mestu morda ne bi. Oblekice, rutice in japonke. Velike torbice in majhno ogledalce.

Malikovanja

Kdo je moj najvišji vzor in ideal, vam ne bom izdala. Obožujem to modno smernico in jo želim posnemati. Predstavljam si, da sta tvoj malik denar in bogastvo, zato si lahko kupim vse, kar postane potem moje bogastvo. Moj izraz, moj imidž, moja unikatnost. Brez denarja si napasem oči in izdelam 100 malikov, ki jih navdahnem s svojo močjo. Zanimivo bi bilo raziskati fetišizem in malikovalstvo v primitivnih ljudeh. Častimo bogastvo, blago in moč.

Iz besede: malík -a m (í) **1.** za pripadnike enoboštva, zlasti kristjane *kip, podoba kot bog*

Nakupovanja

Nakupujem vse, kar rabim. Moderno postane, ko postane moje. Ker nisem v okolju, ki zahteva, da sem zmeraj po najnovejši modi, živim za trenutke. Ulovim jih in jih zadržim v večnosti. Morda včasih kupim kaj za rezervo. Čeprav ne verjamem, da obleka dozori. Dozori morda čas, ko jo oblečem.

Oblikovanja

Oblikujem telo. Skočim v zrak in poskakujem. Potem se priklonim. Za priklonom se objamem. Sama sebe. Potem se pogledam od zadaj. Sama sebe. In na koncu se zvijem nazaj v most. Oblikovana od pasu navzdol, pa navzgor do glave, si izbiram, kaj bom oblekla. Oblikovano obleko na oblikovano telo. Idealna kombinacija. Sešita je name, zame. Zlijeva se v eno.

Pobliskovanja

Na modnih pistah se zmeraj bliska. Če ne od blišča in oblek, pa od fleša na fotoaparatih.

Blisk je veljal v naravi za svarilo pred nevihto. Občutek, da se tam zgoraj kregajo. Ampak po vsaki nevihti so razdejanje in olajšanje in ti neverjetni občutki.

Razkazovanja

Razkažite mi razstave in objekte. Hiše in postavljene figure. Razkažite mi svoje bogastvo. Dovolite, da pogledam, pokukam v vaše skrite kotičke, tudi za zaprtimi vrati.

Razkazali so mi. Zdaj gledamo TV in si pošiljamo e-sporočila. Razkazujemo si ekstremne primerke bogastev in revščine. Meni so bolj všeč strehe, prave strehe, kot pa nebo. Zvok iz zvočnika in glas s TV-ja. Slike predstavitev. To je zdaj bolj moderno.

Sezivanja

Sezuj se, preden vstopiš v hišo. Kar zunaj, da ne bodo čevlji pustili vonja potnih nog v hodniku. Doma v predsobi. Pred spalnico sezuj še copate in bodi bos/a. Ko se zbudiš, steci bos/a ven in stopaj sezut/a po travi, polni jutranje rose. Tako boš začutil/a naravno poživilo. Če nimaš jase pred hišo, si kupi lesen masažer za podplate.

Šivanja

Šivanja oblek in modnih dodatkov so ustvarjanje, druženje in potegovanje za najlepšo kreacijo. Zato je to proces, v katerem se lahko zadovoljimo in izzovemo vizualno. Šivanje je bilo morda vsakdanje opravilo mamic nekoč, morda je še zdaj. Druženje zaradi šivanja oz. šivanje zaradi druženja je znak, da nekaj moramo popraviti?

Trgovanja

Trgovala bi s svojimi izdelki. Trgovala bi z znanjem na možganski olimpijadi. Trgovala bi z izkušnjami. Trgovala bi s svetom, s socialnim omrežjem in s svojo kreativnostjo. A še raje bi, da me ugrabijo Vikingi in me odpeljejo z ladjo na odprto morje. Tako bi se vrnila in trgovala z blagom, ki bi ga naredila v podpalubju, medtem ko bi bila ugrabljena.

Uspevanja

Uspelo mi je, da vem, da je težko biti uspešen. Torej sem uspela narediti skrivnosten načrt. Zlagam sliko svojega življenja v narisano podobo. Začrtala sem jo sama. Slika je v okolju, kjer sem, in praznine polnijo razmere. Neverjetno, kako uspeva slika.

Varovanja

Počutim se varno v svoji kreaciji. Varna sem in predvsem sproščena. Varuje me pred vplivi. Pred družbo. Samozavest mi daje moč za podvige! Pred ljudmi in pred zvermi. In zato me obleka varuje, čeprav ne nosim viteškega oklepa.

Zapeljevanja

Zapeljevanje je nekaj najboljšega, kar sploh obstaja na svetu. Jaz te zapeljujem s frfotajočim se krilcem. Zapeljujejo nas nakupovalni centri, izložbena okna, reklame s prospekti. Vpeti so še prodajalci in prodajalke ter seveda to, kar nam ponujajo. Umetnost življenja je umetnost zapeljevanja in naših odzivov na skušnjave.

Žalovanja

Ob žalovanju in izgubi se nosi oblačilo črne barve. Črna je nasprotje beline. Črna barva pomeni odsotnost svetlobe. Črna barva je elegantna in je posebna moč duhovnikov, sodnikov in mafije. Veliko se je uporablja v modi in je simbol visoke družbe, prestiža in modne elegance.

9 PREHRANA

ABCČDEFGHIJKLMNOPRSŠTUVZŽ

abuzovanja biopridelovanja citrusovanja

čajevanja dopolnjevanja frikasovanja hitevanja izkašljevanja jelenovanja

lazanjevanja martinovanja nadzorovanja očiščevanja

součinkovanja/spahovanja študentovanja teinovanja usklajevanja vsiljevanja

zahvaljevanja žepkovanja

ABCČDEFGHIJKLMNOPRSŠTUVZŽ

Abuzovanja

Kot prvo asociacijo ob hrani imamo zdravo. Hrana je gorivo za naše delovanje. Preveč hrane zahteva od nas, da naše telo usmerja pozornost na prebavljanje. Lahko je govoriti s polnim želodcem, težje misliti! Če se želimo učiti in biti miselno aktivni, se bomo prehranjevali drugače. Odrekli se bomo čezmernemu uživanju hrane in raje zaužili obrok, po katerem bomo lahko učinkoviti. Lahko bomo opravljali naloge, ki so pred nami. Z leti se nam pozna vsaka neporabljen kalorija. Umetnost življenja je pravzaprav prav znati jesti in piti.

Iz besede: abúzus -a m (û) knjiž. *zloraba*: abuzus položaja // *čezmerno uživanje*: abuzus alkohola, nikotina (čezmerno uživanje).

Biopridelovanja

Rešimo se koktajla škodljivih snovi. **Organska** oziroma **ekološko pridelana hrana** je tista, ki je bila pridelana brez uporabe sintetičnih gnojil, genetsko modificiranih organizmov, pesticidov in drugih okolju, živalim in ljudem škodljivih snovi. Pri vzreji živali oziroma pridobivanju živalskih produktov (mleko, jajca, mlečni izdelki, meso ...) pa ne uporabljajo antibiotikov ali rastnih hormonov.

Iz besede: bio... ali bío... prvi del zloženik (i) *nanašajoč se na življenje, živo bitje, živo sploh*

Citrusovanja

Obožujem citruse. Do nedavnega je rod *citrus* zajemal 11 vrst, pred kratkim pa so strokovnjaki določili, da so izvorni citrusi le trije: mandarina, pomelo in citróna. Bližji so nam citrusi, kot so pomaranča, limona, grenivka, klementina, bergamont, kinoto,

kombava in limeta. X pomeni hibrid, križanec. Če dobro povohamo, lahko zavohamo koščice v mandarini ali pomaranči.

Čajevanja

Limona za čaj in žlička medu sta recept naših babic in naših mam. Čajev je ogromno. Čajnica ni več le prostor iz filma, zgodbe. Tradicija, ki jo gojijo v vseh sferah japonske družbe, je veliko pripomogla tudi k izražanju (in v začetku učenju) zelo dodelane japonske gostoljubnosti. Načela, po katerih je pitje čaja učil Rikju, danes učijo v treh "čajnih" šolah na Japonskem, v Urasenkeju, Omotesenkeju in Mušakojisenkeju. Obred čaja je med Evropejci cenjen, ne le na Kitajskem, Japonskem, v Indiji, tudi v Angliji, Friziji, Belgiji in drugih evropskih državah.

Za učenje je najbolje, da z ničemer ne pretiravamo. To pomeni: kofein v čaju ne deluje na srce in krvni obtok kot v kavi, temveč prek boljše prekrvavitve možganov. Tako lahko pojasnimo povečanje koncentracije in reakcijske sposobnosti po pitju čaja.

Zapomnite si: "Navada je železna srajca."

Dopolnjevanja

Cvetni prah je izvrstno dopolnilno sredstvo v človekovi prehrani. Vsebuje idealno razmerje vseh sestavin, ki jih organizem potrebuje za usklajeno delovanje organov. Cvetni prah je vir zdravja in dobrega počutja. Prav tako prinaša dopolnjevanje z magnezijem več zdravstvenih koristi. Magnezij se uporablja tudi pri zdravljenju in obravnavi bolnikov s psihiatričnimi težavami. Zdravila, temelječa na magneziju, se predpisujejo za tesnobo, vznemirjenost, napade panike in druge psihiatrične motnje. Zato je prav, da grizljate mandlje ob učenju. Teh lahko pojedete za celo pest.

Elastinovanja

Elastin je protein v vezivnem tkivu, ki je elastično. Elastin pomaga koži, da se vrne v prvotni položaj. Uporablja se na mestih, kjer so mehanske energije potrebne, da se hranijo.

Iz besede: elastín -a m (ī) biol., kem. *beljakovina, ki sestavlja prožna vlakna vezivnega tkiva* ♪

Frikasovanja

To je beseda polna pomenov, da se ti sline dvojno pocedijo. Frika je jed in frikase je jed. Hm, če želiš imeti frika, se le nauči narediti dobro friko. Npr. friko s kraško

panceto ali friko s krompirjevo polento. Ker ljubezen gre skozi želodec. Frika je bila nekoč celo pastirska jed.

Iz besede: frikasé -ja m (ê) gastr. *jed iz drobnih kosov navadno telečjega mesa, dušenega v svetli, kisli omaki*: postregli so jim s frikasejem/perutninski frikase .

Gostovanja

Gostim te. Povabila sem te na kosilo in te gostim. Prinesla sem ti vrč vode, sveže sadje in veliko zelenjave. Zraven ti ponudim piščanca in zlato kapljico. Potem se bova pogovarjala, ure presedela na kavču. Pogledala vse predstavitve in utrinke. Ulovila vse izgubljene trenutke. Ti boš potem gostil mene!

Hitevanja

Ni dobro hiteti, zato naj hitijo drugi. Hitijo naj in za nas pripravijo *fast food*. Mi pa si vzemimo čas. Hitim, kadar lovim trenutek in čas, ki ju ni več. Takrat zamudim čas, ki se dogaja okrog mene. Takrat hitim.

Izkašljevanja

Izkašljaj zdaj svoj knedl, ki ga imaš v grlu. Očisti goltanec in spusti krik na plano. Tako, da bomo vsi slišali. Šele takrat se boš počutil bolje. Morda si se zadušil. Ne le z delom, tudi s hrano! Žvečenju pripisujemo velik pomen.

Jelenovanja

Težko si predstavljam, da je na jedilniku nekaj tako mogočnega in velikega, kot je jelen. Npr. jelenov *carpaccio* s sušenimi brusnicami in zrelim ovčjim sirom. Kaj neki je to?

Kakavovanja

Raziskave flavanolov v kakavu nakazujejo, da bi lahko bili flavanoli v kakavu pomemben del zdrave prehrane za ljudi z boleznimi srca in ožilja. Flavanoli namreč lahko več kot podvojijo celice, ki skrbijo za obnovo in vzdrževanje žil.

Lazanjevanja

Liste skuhamo v vreli vodi (po navodilih). Jaz skuham tudi tiste liste, ki jih predhodno ni treba kuhati. Nato jih damo na krpo, da se shladijo in odcedijo. Med tem naredimo nadev iz čebule, paprike, korenja, mezge, mletega mesa in začimb ter naribamo sir.

Pekač rahlo pomažemo z margarino ali maslom, nato pa vanj položimo lazanjine liste, nadev iz mletega mesa, nariban sir, pa ponovno liste, nadev, sir ... in postopek ponavljamo, dokler ne porabimo vseh sestavin. Na zadnjo plast lazanjinih listov potresemo še malo sira in po 15 minutah pečenja dodamo še na koleščka narezan svež paradižnik. Pečemo pol ure na 180 stopinjah.

Martinovanja

Pri nas doma je za martinovo tradicionalno martinovo kosilo, in sicer pečena raca ali gos, mlinci in rdeče zelje v omaki.

Nadzorovanja

To, da se nadzorujemo pri prehranjevanju, je dobro. Pravzaprav priporočljivo. Morda je ob negi kdaj treba, da koga nadzorujejo drugi.

Očiščevanja

Preden pričnete čiščenje telesa, si morate zaželeli, da se očistite. Glavni krivci so zelo okusni. To je hrana s sladkorji, moka, zasičene maščobne kisline in dimljena hrana. Ta hrana povzroča stres in slabi telesno aktivnost.

Pogrevanja

Ob priložnosti, ko nam drugi pripravljajo hrano, jo zmeraj zaužijemo toplo. Če se je že ohladila, jo pogrejemo. Večkrat pogreta hrana ni zdrava.

Razdeljevanja

Javna kuhinja je za klošarje, za zaposlene pa *Catering*, dostava hrane v pisarno ali na dom. *Catering* je postrežba pripravljene hrane in pijače pri naročniku (na domu). Nosilec živilske dejavnosti po pripravi hrane naročniku zagotovi prevoz, strežbo na domu oziroma na dogovorjenem mestu, pomivanje posode in odstranjevanje odpadkov.

Součinkovanja/Spahovanja

K škrobnim obrokom gredo banane, rumene hruške, grozdje, dateljni in fige. K beljakovinskim obrokom gre vse drugo sadje. Nepopolno prebavljena hrana fermentira in sproži spahovanje, napenjanje in vetrove.

Študentovanja

Smernice zdravega prehranjevanja za študente z jedilniki (subvencionirana študentska prehrana) vsebujejo normativne vrednosti za energijski in hranilni vnos ter vsebujejo priporočila za sestavo jedilnikov ob upoštevanju načina prehranjevanja in prehranjevalnih navad. Študentska hrana je sicer res njam. To niso samo paketki z oreški!

Teinovanja

Tein, kot so ga klicali v tistih časih, je bil odkrit v čaju leta 1827. Pozneje se je izkazal, da je tein identičen kofeinu v kavi.

Usklajevanja

Zdravo usklajevanje je skrivnost mojih lepih las. Sijaja in mehke kože. Nimam shujševalne diete, samo pravilno kombiniram hrano in izgubila sem 6 kilogramov. Nič več me ne napenja, želodec mi je splahnel. Usklajevanje je moja energija. Skrivnost je v tem, da ne mešaš škroba in beljakovinske hrane.

Vsiljevanja

Vsiljevanje hrane in vljudnostno nažiranje ni več moderno. Moderno je zdravo. Vsiliti v svoje telo sestavino, ki nam ni všeč, je v nasprotju s samim sabo. Morda je primerno vsiliti svoji dragi osebi nekaj, kar res preverjeno potrebuje.

Zahvaljevanja

Obred prehranjevanja vključuje zahvalo. Skušnjava vodi v preizkušnjo, ki te pa morda primora k temu, da ugrizneš, preden si se zahvalil. Zahvala ni nikoli odveč.

Žepkovanja

V vsakem žepku njenega predpasnika, ki je narejen za na vrata je ena zel. Vzgojila in sušila jih je sama, nekaj jih je kupila pri stari branjevki. Skrbno čuva to posušeno rastlino, da bo lahko pozdravila vse rane. Da bodo otroci dovolj močni in pametni. Da bodo prodrli na površino in se bohotili v življenju. Tako skrbna je lahko le mati.

BesedoVanja

Avtorica: Vanja Lebar, uni.dipl.ped.

Lektoriranje s tehničnim pregledom:

BISTROUMNEŽ, izobraževalni center, Janja Vučko Jambrović, s. p.,
lektorirala ga. Andrejka Močnik, prof. slov. in univ. dipl. bibl.

Mnenja o knjigi:

Mag. Jasna Vuradin Popović

Mag. Nastja Mulej dipl.ekon., dipl.soc.

Fotografija in izdelava kolaža: Vanja Lebar

Izdaja: samozaložba

Leto izida:

Avgust 2012

Vse avtorske pravice pripadajo avtorici.

Projekt je sofinanciran s strani MO Murska Sobota.