



Brigita Langerholc

# RAZUMEM SVOJO ZGODBO, ZATO JE ČAS ZANJO

Ko gledamo uspešne ali že kar slavne športnike, motivacijske govorce, poslovneže, supermame in kar je še takih bitij v medijih, marsikoga spreleti: ja, lahko njej, ko je pa ... A resnica je, da so taki ljudje doživeli veliko tako hudega, da dolgo niso mogli o tem niti spregovoriti. Kaj šele lahko živeti. A tudi to pride na vrsto.

Taki dve dami, Sanela Banović in Brigita Langerholc, bosta v kratkem to svojo pot iz bolečine, samote in samospraševanj v stanje zadovoljstva in pomoči drugim predstavili tudi na dveh čisto posebnih pogovornih večerih v maju v Cankarjevem domu. Vse v duhu naslova novega cikla predavanj pod skupnim naslovom SPODBUDE. Obe pa sta svojo zgodbo s pomočjo iskrivega pisca Jureta Aleksiča povezali tudi vsaka v svojo knjigo.

TEKST: MINA RISTANC, FOTO: JANEZ MAROLT

Zdravnica Sanela Banović ter nekdanja olimpijka, zdaj coachinja Brigita Langerholc, sta doživeli že toliko, da se njuni zgodbi v knjigah bereta kot napet roman, čeprav obe predvsem izobražujeta in ozaveščata. Prva je bila že kot najstnica ranjena v vojni, potem je bila begunka, na srečo toplo sprejeta v naši državi, kot vedno poudari. Po prilju-

bljenem romanu, ki zajame življenjska spoznanja in sočna 'navodila' za zdravo življenje te izjemne zdravnice Sanele Banović z naslovom Spodbude, je Jure ustvaril že novo knjigo o Brigiti Langerholc z naslovom Do cilja in naprej.

Brigita je bila najprej neskončno bolan otrok, da se mame po večini spominja samo skozi debele bolnišnične šipe. Potem je navkljub vsem oviram postala garaška in tudi uspešna vrhunska športnica. Ko je pri tridesetih končala kariero, je osivela dobesedno v enem dnevu.

»Dolgo si nisem upala povedati svoje resnice. Otroštva me je bilo kot mladenke in kasneje športnice predvsem sram, zato sem zgodbo pridno tiščala v sebi. Če bi jo razkrila javnosti, bi svetu s tem priznala svojo ranljivost in celo šibkost. Tako se mi je vsaj dolgo zdelo,« pravi Brigita, ki je začela pred dobrimi tremi leti kot motivacijska govornica gostovati po slovenskih podjetjih. »Odziv občinstva je bil neverjeten. V posameznih vidikih moje zgodbe se je marsikdo prepoznal. In tako sem počasi ugotovila, da lahko z odkritim govorjenjem o svojih ranah drugim pomagam celiti njihove.«

Kariero vrhunske športnice je končala pred 13 leti. In zdaj čuti, da je čas, da spregovori brez dlake na jeziku, tudi o težkih in gladiatorskih razmerah za športnike, tudi o neetičnem ravnanju funkcionarskih vrhov in sponzorjev, a tudi o vseh toplih in dobrih in posebnih ljudeh, ki so jo na njeni poti presenečali, učili in podpirali. »Prej še ni bil čas za to zgodbo, saj je tudi sama nisem dovolj dobro razumela. Zdaj pa sem se odločila, da jo lahko končno predstavim tudi vam.«

● **Te dni se je rodila knjiga z energičnim naslovom: Brigita Langerholc - Do cilja in naprej. Kako je nastala?**

'Sanjala' in čutila sem jo že sedem let; dokončni impulz je prišel iz Založbe Chiara, ne da bi sama iskala kogarkoli, kar povabili so me, in za to sem jim res hvaležna. Predvsem pa Juretu, ki je opravil fenomenalno delo povzemanja mojih besed in vživljanja v moje situacije. Čutila sem ga, kot da je moj dušni brat. Devet mesecev – kot porod – in knjiga je nared!

● **O strašnih zapletih okoli vašega rojstva je v knjigi nekaj presunljivih**

»Čas, ko je optimalni razvoj mladega organizma skoraj povsem odvisen od stimulativenega okolja, sem preživela zaklenjena v bolnicah. Skoraj dobesedno kot v zaporu. Zaradi tega me je še dolgo v odraslo življenje spremljal občutek osamljenosti. Odkar pomnim, sem bila izjemno negotova vase. Stalne boleznine so okrog mene ovile nevidni mehurček skoraj totalne izoliranosti. In tako sem se potem še leta in leta vrtela v lastni temi, s precej zaprtim srcem, polnim bolečin in izgub.«

**Jure Aleksič postaja poleg vseh svojih legendarnih intervjujev očitno tudi tenkočuten in navdahnjen zapisovalec zgodb markantnih oseb; »oseb, ki so se odločile spregovoriti«, kot pravijo pri Založbi Chiara. Da pa jih bomo res slišali, so ustvarili za svoje avtorje cikel pogovorov, na katerih jih bodo predstavljali še v živo. Po Saneli in Brigiti, ki se bosta zvrstili v maju, septembra na klepet z voditeljico Zvezdano Mlakar v Cankarjev dom prihaja še priljubljena igralka Mojca Fatur, ki je presunila Slovenijo s svojo zgodbo o boju z boleznijo, zdaj pa vnaša igrivost med mlade in stare tudi s svojimi pravljičami z naslovom Osamljeni gaj.**



**razkritij. Malo je manjkalo, pa bi vas kar 'prodali' iz porodnišnice?**

To, kar je zapisal Jure po mojih spominih, ki sem jih zbirala v zadnjih letih tudi po različnih terapijah, hipnozah, regresijah in drugih energijskih branjih, me je globoko presunilo. Ja, kar nekaj let sem potrebovala, da sem raziskala blago rečeno čudaško situacijo, ki se je dogajala od mojega rojstva naprej. In zdaj vem, da to niso bili neke moje utvare, pač pa resnična strahotna praksa, ki je privedla tudi do tega, da je kar nekaj dojenčkov 'izginilo'.

● **V knjigi pišeta zelo odkrito tudi o spopadanju z depresijo po vaših prvih dveh porodih.**

Res je, zdaj že lahko o tem javno govorim in pišem. Kot pri številnih mladih ali malo manj mladih mamicah mi je bilo po prvem porodu res vse skupaj zelo zelo težko. A zdaj se čutim popolnoma zaceljena, imam svoje načine za obrat v pozitivno, da lahko o tem govorim tudi pri kampanji NIJZ-a. Zaradi tega sem se odločila za ambasadorstvo znotraj tega skrbno zastavljenega projekta, ker z njim ozaveščamo mlade, med njimi je žal vedno več depresije.

● **Kako priti iz depresivnih stanj?**

Samo rad se je treba imeti. S takimi drobnimi, a vztrajnimi koraki. Opustiti je treba obtoževanje drugih, vnesti v svoje življenje eno samo odpuščanje, vsem, ki so mi kaj nečednega storili ... V vsem

*»Med štirinajstim in osemnajstim letom nisi žal praviloma prav nič hvaležen ljudem, ki te razumejo bolje, kot se razumeš sam. In ki so se voljni tudi resneje sporeči, če si na tem, da si začneš trajno škoditi.«*

lahko vidiš dobro, tako preprosto je. Tudi če je kakšen dan malo slabši, vem, da imam tehniko, da si lahko popravim

razpoloženje, popravim toliko, da pride vsaj do povprečnega.

● **Kaj pa vam je najbolj pomagalo pri spopadanju z njo?**

Najprej si je treba sploh priznati tako stanje. Potem pa je najbolj pomembno, da imamo koga, s komer se lahko pogovarjamo. Kadarkoli, ampak čisto zares kadarkoli! Sama sem na veliko srečo imela takrat 80-letno teto. Antidepresivi me niso zanimali, zato pa vedno bolj narava. In k njej se vedno bolj vračam.

● **Kaj pa prinaša UltraMind, metoda, ki vas je očitno tako prepričala, da ste postali kar njena inštruktorica?**

UltraMind mi je odprl psihične, čutne zaznave, mojo največjo željo, da bi lahko zaznavala, brala polje in podobno, se še bolj povezala z višjo inteligenco in dobivala odgovore znotraj sebe. To je bila moja največja želja, odkar sem delala na tem po drugih postopkih že z mentorjem v Los Angelesu in kasneje v Sloveniji z bioterapevtom Marjanom Ogorevcem: da lahko občutim, kaj

se dogaja v telesu mojih bližnjih, sodelavcev, mojega ljubljence. To je neprecenljivo. Intuitivno vedenje.

● **Kako potekajo tečajji?**

Zdaj, ko so minili ukrepi, v intenzivni vikend delavnici, prej pa v 8-tedenskih modulih prek zooma. Samo da smo spet v živo! Znanje, ki se ga tako pridobi, je neverjetno, in vedno znova sem vesela, kaj se širi med ljudi.

● **Kaj pa vas najbolj polni zdaj, Brigita?**

Seveda trenutki z družino, s tremi hčerami in z možem, ki je vsa ta leta preстал moje muhe in izbruhe, pa v naravi, raziskujem načine sobivanja z njo, v tišini gozda, s konji, greje me misel, da bom še plavala z delfini ... Vse, kar me polni z ljubeznijo do sebe in sveta.

*Predvsem tisti, še v Jugoslaviji rojeni bralke in bralci, poznamo Brigito po rekordnih dosežkih v teku doma in po svetu ter po divjem četrtem mestu na olimpijskih igrah v Sydneyju leta 2000. A svetu predstavlja Brigita vedno več svojih talentov. In zmore priznati, da njena moč, pomagati drugim, izhaja tudi iz tistih težkih, nepopisno težkih trenutkov otroštva, ki jih je preživljala med pošastno osamljenimi zidovi bolnic. Zdaj je mentorica mentalnih in dihalnih tehnik in inštruktorica José Silva UltraMind ESP metode, ima pa še številna znanja. Zavzema se za opolnomočenje človeka, odpiranje svojega srca in posledično src vseh nas. Zaradi številnih preizkušenj, ki jih je doživela že kot otrok, danes lažje čuti sebe in s tem tudi druge.*



VABLJENI NA  
**CIKEL DOGODKOV  
ZALOŽBE CHIARA**  
POD SKUPNIM NASLOVOM

*Spodbude*

NAPOVEDUJEMO:  
**SANELA BANOVIĆ**  
CANKARJEV DOM,  
22. MAJ 2022 OB 19. URI

**BRIGITA LANGERHOLC**  
CANKARJEV DOM,  
29. MAJ 2022 OB 19. URI

VSTOPNICE: CANKARJEV DOM, PETROL