



Keď noc umiera

Dominika Elizabeth Hladíková

KEĎ NOC UMIERA

Dominika Elizabeth Hladíková

*Venujem všetkým zrakovo hendikepovaným, všetkým,
ktorí zažili panické záchvaty, úzkosti či depresie. Nie
ste sami a dá sa to zvládnuť. ♡*

Na úvod

Vydala som už päť kníh. Z toho dve sú básnické zbierky. *Slovo je nádyh* bola moja prvotina, ktorá odštartovala moju autorskú kariéru. Potom sa moja tvorba menila. O štyri roky po vydaní *Slovo je nádyh*, vyšla ako e-kniha moja druhá básnická zbierka. *Bodkoč;arka*. Okrem básní som napísala fantasy i young adult knižky.

Vždy však pre mňa najviac znamenala, a znamená, poézia. S ňou som pri písaní začínala. Počas prestávok na základnej škole som písala na dvojhárky zo zošitov moje prvé básne. Papieriky som úhľadne poskladala a vložila do zadného vrečka džínsov. Doma som si ich prepísala do notesa a papieriky potom odložila do špeciálneho obalu. Ten obal mám dodnes aj so všetkými básňami. Niektoré dvojhárky sú dokonca modré od mojich džínsov.

Poézia sa jednoducho stala súčasťou môjho (papierového) srdca. Vždy som ju považovala za formu prežitia a zvládnutia ťažkých životných chvíľ. A je to tak dodnes.

Preto, keď som pred istým časom začala trpieť panickými záchvatmi a už roky sa potýkala s depresiou, tieto problémy sa stali súčasťou mojej tvorby a poskytli mi tvorivú terapiu. Aj preto sú moje dve predchádzajúce zbierky viac pochmúrne – hoci *Bodkočiarka* nie úplne.

Počas tých rokov som ani nedúfala v to, že sa z tých temných čias niekedy vôbec dostanem. Neverila som, že sa môj život zmení a ja budem šťastná.

Ale stalo sa.

Prebojovala som sa k tomu a celú tú trnistú cestu som vložila do veršov. Do veršov tejto zbierky. Celá táto zbierka je ako príbeh. Príbeh od dna k povstaniu. Preto som ju nazvala *Keď noc umiera*. Noc pre mňa bola často pochmúrna a plná slz. Moje slzy zmizli, keď som sledovala spoza okna svitanie. A ráno bolo vždy pre mňa ako znovuzrodenie.

Oproti mojim predchádzajúcim zbierkam som do tejto vložila aj menšiu ukážku môjho sveta so zrakovým hendikepom a teda života v hmle, ako tomu rada hovorím. Možno raz tomu venujem viac času a rozpíšem sa o tom viac.

Chcela som, aby bola táto zbierka takou pripomienkou, že boj s depresiou či úzkosťami je síce ťažký, ale keď sa nevzdáte, tak sa naozaj môžete prebojovať ku šťastiu. A tiež som tými básňami o hendikepe chcela povedať, že ani hendikep nesmie zabrániť človeku robiť to, čo miluje.

Mne nezabránil. Preto píšem tieto riadky.

A nezabráni mi v ničom, čo milujem.

Pre viac zaujímavostí o mojom živote v hmlách ma sledujte na:

Mojom blogu www.slovojenadych.sk

Osobnom Instagrame [@elizabeth_dominika](https://www.instagram.com/elizabeth_dominika)

Umeleckom Instagrame [@kreslenievhmlach](https://www.instagram.com/kreslenievhmlach)

I.

blesk tmy

Na čo myslíš?

Aj tak ti to nepoviem.
Radšej sa budem smiať,
plakať len od radosti.
Len aby si mala radosť ty.

Budeme sedieť pri čaji
len na zemi,
pretože nevládzem vstať.

Napokon zmizneš ako para.
A z môjho vnútra prýšti strach.
Dotýka sa ma ostrý roh papiera
až ku kvapke farby
pod kožou.

Myslím na to,
aká tenká je hranica
medzi svetlom a tmou.

Blýska sa vo mne tma.

II.

panický záchvat

Kričím vo vnútri
až mi praská koža
od úst až ku kľúčnym kostiam.
Krv sa po kvapkách prihovára,
pošepky,
bubnujúcemu srdcu.

Dych sa mi stráca
niekde v útrobach, tam,
kde som stratila
posledné útržky seba.

Trasúce sa ruky
mi zapchávajú ústa
vankúšom mokrým od slz.

Škrtí ma tma.
A v ušiach mi hučí
panika.

III.

poškriabaná duša

Pod
kľúčnymi kosťami
mám zranenia
z večerných rán.

Chcela som len
pohladiť srdce,
aby prestalo bolieť.
Tak ako predtým,
keď som chcela
zastaviť tras rúk.

Teraz som len
zranená,
zronená,
lapená
medzi škrabancami
s krvou za nechtami.

Ako teraz zastavím myseľ?

IV.

umieranie

Srdce mi
bubnuje v ušiach.
bolesť v explóziách
vráža do hrude.

Myšlienky
sa mi ovíjajú
okolo úst a
trhajú môj dych.

Na tele mám
krvavé krátery
po nárazoch
revúcej paniky.

Úzkosť mi
láme dušu
od tela.
Až
nie som
skutočná.

Bojím sa obáv.

Kričím bez zvuku.

Dýcham?