

"Ból (metaforyczny)"

Purpurowa dziura

Krew się sączy z mojej piersi

Ktoś oddał strzał ciężki

Metaforyczny

Tak naprawdę to słowo tak przekłuło

Na wylot mą pierś

Rozsypały się płatki róż

Już dawno suche jak piach pustynny

Metaforyczne

Tak naprawdę to dusza pęka

Od słów tak ostrych

Jak dym, którym się truję co wieczór

I krew nie przestaje lecieć

Ktoś nóż wbił w me wnętrze

Metaforyczny

To kolejne słowo tak zraniło

Cios kolejny, już upadam

Znów metaforycznie

Ale boli tak prawdziwie

I zabije z czasem.

PRZEMOC

Świst burzy zrobił krok do przodu.

Stone pięści zakrzywały na skórze.

Czuć było bezradność.

Spacer w ciszy, a w środku pustka i wieczny ból.

Stone łzy spływały z powiek, a alkohol ślady zostawiał parzące.

Zamiast zapachu obiadu czuć było stęchliznę.

Czym jest poczucie bezpieczeństwa i przynależności, jeśli w domu ciągły krzyk, bicie i szamotanie?

Gdzie tu człowieczeństwo, jeśli twoja „arkadia szczęścia” okazuje się piekłem?

Przechodzą mnie dreszcze na samą myśl, że pas to nie stopień w Taekwon-do, tylko odwieczny atrybut ojca.

Niejednokrotnie przypalana papierosem, czułam ogromny strach, a pozostawione ślady krwi odcisnęły piętno w mojej psychice:

Był to swoisty zamach w moje „ja”.

Pod metalowym płaszczem kryłam się ja, dziecko, marzycielka, dla której uśmiech i przytulanie było nieosiągalnym stanem emocjonalnym.

Dlaczego musiałam tak szybko dorosnąć?

Dlaczego dziecko nigdy nie mogło być dzieckiem?

Bo młody człowiek bywa nieskazitelny, a świat potrafi go przygnieść swoim ciężarem, zepsuciem i brudem.

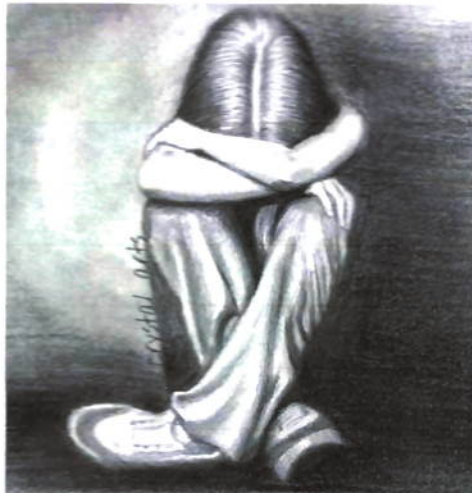
Chciałam być dzieckiem, a zostałam wojownikiem w świecie bezradności.

"Echo Nienawiści"

Przemoc w cieniu, szeptem się snuje,
Zimny oddech nienawiści wciąż czuje.
Słowa jak ostrza, cięte bez litości,
W sercach zostawiają poczucie nicości.
Cisza krzyczy, gdy ręka uniesiona,
Zamiast objęcia, bólem trąpiona.

W spojrzeniach gniew, w gestach lęk,
Walka o miłość, co znika jak cień.
Zamknięte drzwi, w nich echo płaczu,
Wśród ruin marzeń, w serca zatarcie.

Ręka wyciągnięta, by pomóc, nie uderzyć,
W miłości siła, co potrafi uzdrowić.
Niech nasze kroki prowadzą do pokoju,
Gdzie każdy człowiek znajdzie w końcu swoją drogę.



„Smutno”

Jest mi smutno,

Jest mi źle,

W szkole ze mnie śmieją się,

Na FB hejtują mnie

Mamo tato pomocy chcę,

Nie widzicie jak każde słowo boli mnie !

Co mam zrobić żebyście zauważyli mnie, może mam pociąć się!

Przestań pić i przytul mnie!

Chcę pomocy, chcę rozmowy,

Nie chcę być anonimowy.



DOM BEZ PRZEMOCY

Dom to spokój i radość,
dom to bezpieczna ostoja,
dom to najmiłsze miejsce na Ziemi.

Nie ma zgody na kłótnie,
na słowa, które ranią i boją,
na agresję, bicie i przemoc.
Nie, nie, nie zgadzam się!

Nie ma zgody na alkohol,
papierosy, czy inne niezdrowe używki,
każde uzależnienie to smutek i cierpienie.
Nie, nie, nie zgadzam się!

Każdy ma prawo żyć w spokoju i radości,
w domu – azylu pełnym miłości.

Przemoc

Przemoc.

Czy to takie głębokie?

Czujesz, że musisz się wyżyć trochę.

Na kim lub na czym jak nie na małżonku albo na dziecku.

Nakrzyczeć, uderzyć.

Przecież to takie wyzwalające.

Siniaki, przecięcia

to wszystko znaki,

znaki przemocy.

Przemocy od kogoś lub od siebie.

Przecież to takie wyzwalające.

Więc proszę, gdy widzisz, że

ktoś używa przemocy

na koledze lub dziecku,

żonie czy mężu,

zgłoś to osobie starszej lub młodszej

koleżance, koledze. Bratu czy siostrze.

Nauczycielce, wychowawcy.

Przecież to takie wyzwalające.

„Cichy Krzyk”

Za drzwiami cisza, lecz w środku walka,
Każda noc zamienia się w strach, każda chwila długa.
Butelka w dłoni, a słowa jak nóż,
Rozdziera serce, a zostawia w nas ból.
Chcę stąd uciec, lecz nie mam gdzie, nie mam dokąd.
Z każdym krzykiem oddalam się.

Cichy krzyk, którego nikt nie słyszy,
Każdy dzień, to ból, który narasta,
Uzależnienie zabrało mu twarz,
A ja w tym domu zostaję znów sama.
Cichy krzyk, w którym gubię się nocą,
Nie mogę biec dalej, lecz walczę o wolność.

Oczy zamknięte i ręka znów spada,
Miłość zamieniona w pełnię żalu.

Zło z butelki

W moim domu powinno być miło i spokojnie.

Niestety tak nie jest.

Panuje w nim ciemne zło.

Zło przychodzi do domu wieczorem,

Chowa się w butelce którą przynosi tata i stawia na stole.

Mama ucieka i chowa się w swoim pokoju.

A ja? A ja żyję w smutku i strachu.

Kolejny wieczór gdy zło wychodzi z butelki.

Biega od pokoju do pokoju. Krzyczy, nie chce się zatrzymać.

Zło nie chce opuścić naszego domu.

Ja znów zamknięta w swoim pokoju.

Nie rozmawiam z koleżankami, nie zapraszam ich do domu.

Ukrywam się przed całym światem, w moich czterech ścianach.

Czekam aż zło odejdzie z naszego domu.

Tak co dzień, co wieczór zło przychodzi i wciąż nie chce odejść.

Wszystko zaczyna się od początku.

A ja z nadzieją czekam, że pewnego dnia zło już do nas nie przyjdzie.

„ I Ty możesz być bohaterem”



Bohater to postać pełna mocy,
odznacza się odwagą i chęcią pomocy.
Szybko reaguje, niczego się nie boi,
Rozgląda się wokół, w obronie innych stoi.

Pomyślisz pewnie: „to nie dla mnie droga”.
Jak widzę krzywdę innych – ogarnia mnie trwoga.
Boję się odezwać, nie będę donosić,
wolę sprawę „olać” – o pomoc dorosłych nie prosić.

Nie chowaj się za strachem
- nic bardziej mylnego.
Jesteś świadkiem krzywdy –
- reaguj kolego!

Lepiej sprawę zgłosić, o radę zapytać,
niż odwracać głowę, problemu unikać.