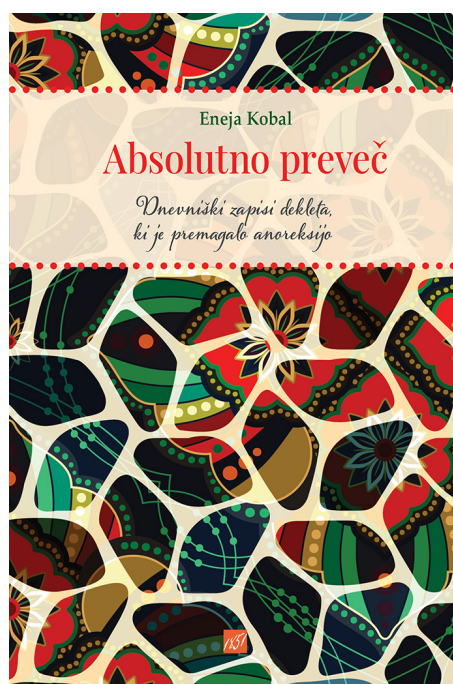




## CELJSKA MOHORJEVA DRUŽBA

Prva slovenska založba

### ENEJA KOBAL: ABSOLUTNO PREVEČ



#### Podatki o knjigi

- Naslov: Absolutno preveč
- Podnaslov: Dnevniški zapisi dekleta, ki je premagalo anoreksijo
- Avtorica: Eneja Kobal
- Urednica: Meta Lenart Perger
- Format: 135 mm x 210 mm
- Vezava: mehka
- Število strani: 196
- ISBN: 978-961-278-617-5
- Cena: 22,00 EUR
- Založnik: Celjska Mohorjeva družba
- Leto izdaje: 2023

#### Kontakt

Uredništvo  
T 03 426 48 00  
urednistvo@celjska-mohorjeva.si

#### Dragocen uvid v ozadje težke mladostniške bolezni

*Dnevnik Eneje Kobal nas vodi po meandrih težke mladostniške bolezni, ki je izvirala iz na videz povsem nedolžne skrbi za zdravo prehrano, kmalu pa se je razrasla v vseobsegajočo obsesijo po nadzoru nad hrano in številko na tehtnici. V mladem dekletu se je odvijala borba med željo po ozdravitvi in težnjo po nadzoru, v kateri je preko različnih vzponov in padcev zmagala iskrena želja po zdravem odnosu do hrane in življenja. Ob tem so ji stali ob strani starši, učitelji, prijatelji in zdravstveni delavci, v najtežjih trenutkih pa zlasti njen pes Tes. Dnevniški zapisi, ki zajemajo kar štiri leta, pričajo o neverjetni moči duha in izjemnem pogumu dekleta, ki je z veliko voljo premagalo anoreksijo.*

Dnevniške zapise je mlada pisateljica Eneja Kobal začela pisati še pred boleznijo, v času notranjega nemira, ko so njeno življenje zaznamovali težki trenutki: smrt obeh starih očetov, slovo od ljubljenega psa Ursa in spopadanje z žalostjo. Vso to žalost je avtorica prelila v svoj dnevnik, v katerem bralcu zaupa, da niti prihod novega pasjega mladička Tesa niti prijateljstvo z njenima najboljšima prijateljicama nista mogla vedno biti protiutež tej žalosti. Začela se je je pollaščati težnja po nadzoru nad hrano; sprva želja po zdravih količinah in zdravi izbiri jedi je postopoma prerasla v obsesivno tehtanje in občutke zadovoljstva ob nižji številki na tehtnici. Okolica je hitro opazila spremembe v njenem čustvenem in fizičnem stanju in za mlado dekle se je začelo zelo naporno in izčrpavajoče obdobje boja med glasom razuma in okolice, ki ji je želela pomagati v stiski, ter notranjim glasom, ki ji je narekoval odrekanje hrani. Diagnozo anoreksije nervoze, ki so ji jo postavili zdravniki, je poimenovala Pošast. V dnevniških zapisih z veliko iskrenostjo opisuje sobivanje s Pošastjo, ki ji počasi jemlje vse lépo in zaradi katere je primorana oditi na zdravljenje v Ljubljano. A z neznansko voljo in pogumom ter brezpogojno podporo družine, prijateljev in

zdravstvenih delavcev uspe Eneji to, kar mnogim dekletom v podobni situaciji žal ne: premagati težave, obvladati bolezen in znova najti smisel v življenju.

Pričujoči dnevniški zapisi so bogat in dragocen dokument borbe s to vedno pogostejšo boleznijo sodobnega časa. Iskrena pripoved in pogled na anoreksijo skozi oči mladega dekleta pa predstavljata neprecenljiv vir informacij za vse, ki so se znašli v primežu prehranskih motenj.



Foto: Jasmina Putnik

## O avtorici

**Eneja Kobal** (2005, Ajdovščina) je dijakinja Škofijske gimnazije Vipava. V času pisanja dnevnika je obiskovala oš Danila Lokarja v Ajdovščini, kjer so ob njeni ozdravitvi leta 2020 izšli njeni dnevniški zapisi pod naslovom *Teža življenja*. Na poti do ozdravitve je moč večkrat črpala iz prisotnosti živali, v katerih vidi izjemno veliko terapevtsko vrednost; v najtežjih trenutkih ji je bil v največjo oporo prav njen pes Tes. Prav tako pomembna se ji zdi pomoč terapevta ali obiskovanje podporne skupine, saj posameznik v stiski brez tovrstne podpore težko vidi rešitev. Eneja si danes večkrat priključuje v misli kratico FLY – *first love yourself* –, ob kateri se opomni, da mora imeti najprej rada sebe, se ceniti in spoštovati. To vodilo osmišlja tudi trenutke, ko ji je težko in se boji, da bi ponovno zapadla v začarani krog bolezni.

## Odlomek iz knjige

*Sama sebi sem obljubila, da ne bom dovolila, da zmaga slaba stran mene. Nekaj trenutkov kasneje pa sem se vprašala, ali sploh vem, katera stran mene je prava, resnična. Velikokrat se to vprašam, ampak odgovora ne vem.* (str. 32)

*Ne vem, zakaj se sploh odločim za nov začetek, spremembo, če pa vem, da se bom tega držala samo dan ali dva, potem pa bo vse po starem. Prav tako je bilo tudi sedaj.*

*Odločila sem se, da ne bom dovolila, da me preglasijo negativne misli moje nadležnice pošasti. Ne vem, ali mi v družini sploh še kdo verjame, da se te bolezni želim znebiti. Vsak dan si rečem: »Ne! Danes sem jaz glavna in ti boš mene poslušala!«*

*Jah. Ko bi le bilo tako, ampak NI!*

*Kadar sama sebi rečem kaj ljubeznivega, prijetnega in predvsem pozitivnega, se po izrečenih besedah VEDNO pojavi ta spaka, ki v meni povzroči stisko.*

*In ravno tega nihče ne razume.*

*Počutim se, kot bi bila ujeta v svojem lastnem telesu. Ravno tako kot zapornik, ki čaka, da bo odslužil svojo kazen in lahko šel na prostost. Mogoče sem tudi jaz, tako kot zaporniki, v svojem telesu ujeta z razlogom?* (str. 161)