



PLANTING
STORIES.

10/11

PRIČA O
ČIKLUSIMA



...I ZAVRŠECIMA...

BOK!

Ovaj zin inspiriran je biljkama i s ljubavlju prilagođen za rad na samospoznaji uz sobne biljke. Dio je veće zbirke edukativnih materijala pod nazivom „Šadnja priča“ (Planting Stories) čiji je cilj istražiti i potaknuti odnos između ljudi i sobnih biljaka.

Zin je mali, ručno izrađen časopis kojeg pojedinci stvaraju kako bi podijelili svoje misli, umjetnost ili interese. Obično se izrađuje ručno ili na računalu, zatim umnožava i dijeli s drugima. Za objavu zina nije potreban izdavač. Za više informacija o pozadini ovog zina i kako ga koristiti, skenirajte ovaj QR kod:



Počnimo:

Sjedni s biljkom ispred sebe.

Upoznaj je malo bolje:

Nježno diraj njeno lišće, provjeri joj korijenje, stabljike, oblik, boje...

Duboko udahni nekoliko puta dok to činiš i uzmi si vremena.

Sada, razmisli koliko je malena ova biljka bila prije. Vizualiziraj kako je izrasla od jednog malenog lista do ove veličine.

Neujerovatno, zar ne?

Sada učini isto za sebe: Razmisli o tome koliko si bio malen ili bila malena te vizualiziraj kako si izrastao ili izrasla od malenog djeteta do ovog odraslog ljudskog bića.

Poprilično neujerovatno, zar ne?

Priroda općenito ima cikluse u kojima sve raste. Ne samo dnevne i noćne cikluse ili različite sezone već i biogeokemijske i nutritivne cikluse, koji su ujedno i sustav recikliranja u prirodi.

To je ono što ćemo ovdje istraživati.

Dobrodošao i dobrodošla u Priču o ciklusima.

U priču o tome što završeci zaista znače.



Senescence

Riječ **senescence** (imenica) dolazi od latinske riječi „senēscō “ koja znači stariti, oslabjeti s godinama (senēscō, senēscere, senuī), a koja proizlazi iz riječi „senex, senis “ koja znači star čovjek, stara osoba.

Ovaj je pojam ušao u Oxfordov rječnik početkom 18. stoljeća, prvo u kontekstu ljudskog starenja, a kasnije je zaživio u biologiji kako bi se opisalo starenje biljki, životinja i stanica.

Starenje biljaka (eng. *Plant senescence*) programiran je proces starenja biljaka u kojem određene stanice, tkiva ili organi postupno gube funkcije i aktivno se pogoršavaju kako bi reciklirali hranjive tvari i podržali reproduktivni uspjeh ili novi rast. To je genetski reguliran i uređen proces, a ne slučajno opadanje. To je više strateška životna faza nego samo propadanje. Također predstavlja završnu fazu razvoja biljke često uključujući prijelaz od asimilacije hranidbeni tvari do njihove ponovne mobilizacije.

Starenje lišća (eng. *Leaf senescence*) igra ključnu ulogu u recikliranju hranjivih tvari, pogotovo dušika, a na taj način udaljava vrijedne resurse od tkiva koje stari do rastućih dijelova biljke.

 Koji ti osjećaji i misli nailaze nakon što si ovo pročitao ili pročitala?

„NEKI OD NAS MISLE DA SNAGU POKAZUJEMO
KAD USTRAJEMO; NO PONEKAD JE PRAVA
SNAGA U TOME DA PUSTIMO.”

~HERMANN HESSE~



Stvorimo neurografičku umjetnost!

To je proces crtanja nasumičnih linija koje se petljaju i kovitljaju jedna preko druge. Zatim jačamo sjecišta linija koje smo nacrtali zakrivljenim linijama. Nevjerojatno, ali naš se mozak smiruje dok stvaramo te apstraktne crteže – a rezultat je vrlo lijep. Slobodno dodaj boje.

Upute:

- Crtaj preko točkastih linija.
- Slobodno dodaj još zakrivljenih linija, prema nadahnuću.
- Pronađi sjecište linija.
- Zakrivi sjecišta ovako 
- Ako želiš, dodaj boje u svaki dio.
- Uživaj!

Kada budeš spreman ili spremna, pročitaj sljedeću priču. Priča se zove...



CIKLUSI

Kada zadnja latica otpadne, kada plod sazri i rasuje svoje sjeme, biljka se okreće u svoju unutrašnjost.

Sunčeva sujetlost koja je nekoć obasjavala cvjetove i plodove sada teče kroz tihe žile do korijena. Minerali i šećeri tonu duboko, i tako stvaraju snagu ispod površine. Oko njih, tlo postaje bogatije – spremno prigrliti nova sjemena.

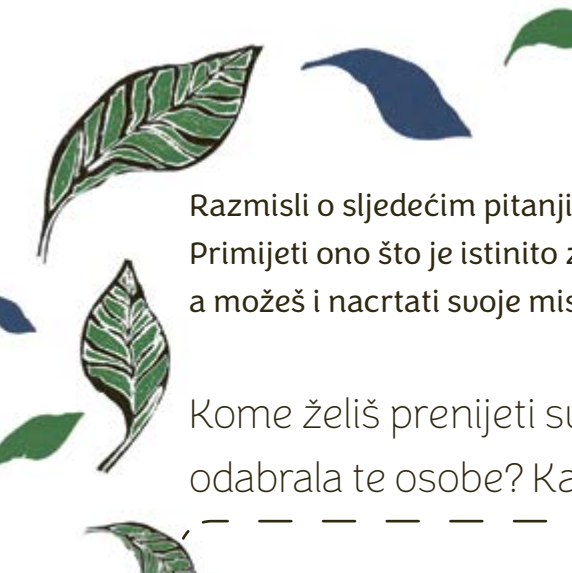
Vrijeme uspoređivanja cvatova sada je završilo. Nema žurbe da se zasjeni nekoga, nema potrebe dokazivati se. Sada je rad tiši, ali trajniji – obogaćuje korijenje koje povezuje tlo te donosi stabilnost i ravnotežu za buduće naraštaje.

Slično je i s ljudima, ne samo s biljkama. U kasnijim godinama tijelo nam traži nježnije ritmove, a um i duh tad često dosežu svoju najveću jasnoću. Desetljeća iskustva pročistila su ono što je doista važno.

U toj životnoj fazi čovjek nosi postojane istine koje mogu usmjeriti čitavu zajednicu u skladu s njenim vrijednostima.

Takvo vodstvo nije prolazni cvijet, već trajno tlo iz kojeg drugi mogu crpiti snagu.

Cvat uvene, ali korijeni ostaju. A u strpljivoj tami, oni pletu početke. Takva je priča o ciklusima u kojima svaki završetak postaje tlo za ono što tek treba izrasti.



Razmisli o sljedećim pitanjima.

Primijeti ono što je istinito za tebe i zapiši svoje odgovore ili jednostavno napravi bilješke, a možeš i nacrtati svoje misli.



Kome želiš prenijeti svoja iskustva i mudrost? Zašto bi odabrao ili odabrala te osobe? Kako bi im ta mudrost mogla koristila?



Koji te plodovi tvojeg života čine sretnim ili sretnom danas?

Na koji način?



Na koje načine možeš pomoći svojoj obitelji i/ili zajednici da lakše napreduju uz pomoć vlastitih iskustava?



Prije nego napustiš ovaj zin, provjeri ove dvije važne stvari:

1 Koje bi sitne aktivnosti mogao ili mogla napraviti za svoju zajednicu?

Danas bi volio ili voljela doprinijeti svojoj zajednici na ove načine:

Kada se stvori prilika, provedi te aktivnosti u djelo.

2 Proujeri ima li tvoja biljka smeđih listova.

Ako su samo malo smeđi – znaj da tvoja biljka preusmjerava svoje hranjive tvari. Molim te, nemoj prekinuti taj čudesan proces tako što ćeš ih otkinuti. Zapravo, odvoji trenutak da im se diviš! Njihova je uloga u životu biljke i dalje vrlo važna.

Ako tvoja biljka ima listove koji su jako, jako smeđi ili su već spremni otpasti – otkini ih. Zahvali im i pusti ih. Time ćeš svoju biljku učiniti zdravijom i snažnijom.

Učini isto i za sebe. Ako u tvom životu postoji nešto što možda nije savršeno – zastani i na trenutak to cijeni. Ako postoji nešto što si spreman ili spremna otpustiti, nešto što je u potpunosti ispunilo svoju svrhu u tvom životu – otpusti to. U mislima zahvali tome i otpusti..

Danas bi bilo dobro otpustiti: _____

Zamisli da to otpuštaš kao da bacaš biljkino staro lišće.

Kad si spreman ili spremna, a dok zatvaraš ovaj zin, razmisli o nečem što te čini potpunim ili potpunom.

Hvala ti što si krenuo ili krenula na ovo
putovanje rasta i povezanosti.

Pogledaj ostale materijale na:

kulturnest.org/socio-cultural/planting-stories

ili udruga-tilia.hr/planting-stories/

Nastalo iz suradnje: TILIA – Udruga za promicanje kulture i kulturne baštine iz Hrvatske i
KulturNest e.V. iz Njemačke

Glavna autorica: Elizabeta Petersdorfer

Glavna ilustratorica i grafička dizajnerica: Nevena Moslavac



**Co-funded by
the European Union**



KULTUR
NEST e.V.



PLANTING
STORIES

Planting Stories – Self-Directed Learning Pathways © 2025 by KulturNest e.V., TILIA
Udruga za promicanje kulture i kulturne baštine licencirano je pod licencom Creative
Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International. Kako bi vidio
ili vidjela primjerak ove licence, posjeti: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>.

Sufinancirano sredstvima Europske unije. Stavovi i mišljenja u ovom zinu izneseni su od
strane autora i ne odražavaju nužno stavove Europske unije ili Europske izvršne agencije
za obrazovanje i kulturu (EACEA). Europska unija niti tijelo koje dodjeljuje potporu ne
može biti odgovorno za njih.

Projekt 2024-1-DE02-KA210-ADU- 000251246, Planting Stories – Self Directed
Learning Pathways.