

 [instagram.com/harmonija\\_knjige](https://www.instagram.com/harmonija_knjige)  
 [facebook.com/harmonija\\_knjige](https://www.facebook.com/harmonija_knjige)  
[www.harmonijaknjige.rs](http://www.harmonijaknjige.rs)

NASLOV ORIGINALA:

Barbara de Angelis

How Did I Get Here?: *Navigating the Unexpected Turns in Love and Life*

Copyright © Barbara De Angelis 2005

All rights reserved.

Za izdanje na srpskom jeziku © Publik praktikum 2021

ZA IZDAVAČA:

Marko Sabovljević

GLAVNI I ODGOVORNI UREDNIK:

Marina Sabovljević

PREVOD:

Jelena Radojičić

LEKTURA I KOREKTURA:

Nataša Ninković

DIZAJN KORICE:

Sara Vranić

ŠTAMPA:

Alpha print, Zemun

TIRAŽ:

1.000

IZDAVAČ:

Publik praktikum

Dobrovoljačka 10/I, Zemun

office@publikpraktikum.rs

011/4202 544; 011/4202 545

GODINA IZDANJA:

**2021**

Sva prava su zadržana. Nijedan deo ove knjige ne sme se kopirati ni prenositi u bilo kom obliku ili bilo kojim sredstvima, elektronskim ili mehaničkim, uključujući fotokopiranje, snimanje ili bilo koji sistem za skladištenje i pretraživanje informacija, bez pismenog odobrenja izdavača.

KAKO  
SMO  
DOSPELI  
OVDE?

Barbara de Andelis

HARMON**IA**



*U znak sećanja na  
Lunu,  
moju boginju Meseca,  
staru prijateljicu  
i učiteljicu ljubavi*



# Sadržaj

Uvod.....	9
<b>PRVI DEO: Kako ste dospeli ovde?</b> .....	19
1. Kopajte duboko u potrazi za mudrošću .....	21
2. Prekretnice, promene i pozivi na buđenje .....	43
3. Šta ako se izgubite na putu ka sreći.....	65
4. Igra žmurke sa istinom.....	84
5. Isključivanje i paralisanje: Gde je nestala strast?.....	105
6. Neka prava ja ustane .....	122
<b>DRUGI DEO: Kako da nađete put kroz neočekivano</b> .....	141
7. Od zbunjenosti do svesnosti, od buđenja do akcije .....	143
8. Žal za životom koji ste mislili da imate.....	170
9. Nastavite bez mape: Slepulicu pretvorite u prolaz.....	194
<b>TREĆI DEO: Putevi koji vode do buđenja</b> .....	215
10. Kako da pronadete put koji vas vraća strasti .....	217
11. Kada stignete u svoje doba mudrosti.....	229
12. Dolazak na mesto koje nije u prostoru.....	242
Zahvalnice .....	259
Posebna pozivnica Barbare de Anđelis .....	262





## Uvod

*Nema duše da ne zna za probleme  
Ni druga da mu ide lako  
Nema snova da nisu bili breme  
Il' srušeni nekako.*

– Pol Sajmon, *American Tune*

**S**vi se u životu ponekad suočavamo s nečim neočekivanim: nađemo se negde gde nismo planirali da budemo, suočimo se s preprekama na koje smo neočekivano naišli, osetimo emocije koje nismo očekivali. Mesto na koje smo stigli ne deluje kao ono na koje smo pošli, a ipak, na neki neobjašnjiv način, tu smo. Našu zamisao o tome kako je nešto trebalo da ispadne izmenio je splet okolnosti koje nismo mogli ni da zamislimo, a kamoli priželjkujemo:

- Prekida se veza za koju smo mislili da će trajati zauvek, a mi smo odjednom sami i patimo.
- Ostajemo bez posla na koji smo računali, pa se osećamo izgubljeno, nemamo cilj i ne znamo šta da radimo.
- Naše zdravlje ili zdravlje voljene osobe koje je uvek bilo dobro ugrozi neko stanje ili bolest.
- Događaji na koje ne možemo da utičemo uništavaju našu finansijsku stabilnost.

Ili možda naiđe neki trenutak u kom svoj život realno sagledavamo, prestajemo da ga zamišljamo. Potpuno zatečeni, shvatamo da je vreme za promene:

- U vezi je nestalo strasti, a vođenje ljubavi nam je ostalo u sećanju kao nešto što smo radili pre nekoliko meseci ili godina.
- Posao se pretvorio u nešto što nam je krajnje dosadno ili, još gore, nešto čega se plašimo.
- Imamo kuću, porodicu i posao zbog kojih smo se toliko trudili, ali iz nekog razloga smo duboko nezadovoljni i osećamo se usamljeno.

Šta se događa? Stojimo licem u lice s onim što se pretvara u jaz – ***jaz između mesta na kom smo mislili da ćemo biti i onog na kom zaista jesmo; između očekivanja, to jest onoga čemu smo se***

***nadali i onoga što se zapravo dogodilo; između života koji smo planirali i života kojim živimo.***

Ovi izazovi nisu toliko teški i uznemirujući samo zbog toga što se suočavamo s problemima ili emocijama. Svi smo mi bili hrabri, borili se i preživeli mnoge izazove u životu. Međutim, izazovi pred kojima smo sada su drugačiji jer zajedno s bolom postoji osećaj zbuđenosti, neka vrsta šoka, jaz između onoga što smo mislili da znamo i onoga što se zapravo događa. Osećamo se kao stranci u sopstvenom životu. Sve što vidimo, osećamo i doživljavamo nije ni nalik onome što smo očekivali. Zato se pitamo: „Kako smo dospeli ovde?” Nikakav odgovor nam ne pada na pamet. Samo pitanje, i to što ostaje bez odgovora, baca nas naglavačke u duhovnu i emotivnu krizu.

*Prošlog meseca suprug mi je rekao da želi razvod. Nakon 15 godina braka, gotovo je. Ne mogu da verujem da ga gubim, da nam se porodica raspada. Kuća, prijatelji i život koji smo izgradili – sve će to nestati. Tako sam besna na njega zbog toga što mi je uništio san. Šta bi sada trebalo da radim? Kako je moguće da mi se ovo događa? **Kako sam dospela ovde?***

*Već neko vreme strepim od odlaska na posao i konačno sam sebi priznala istinu: očajna sam jer ne podnosim ono čime se bavim. Ne razumem kako je to moguće – provela sam godine na medicinskom fakultetu kako bih postala lekar i imam zaista uspešnu karijeru. Time sam želela da se bavim još kao tinejdžerka i dobro mi ide. Ali jednostavno više to ne želim da radim. Zaista se plašim – ne mogu da počnem ispočetka u 56. godini sa dvoje dece koja studiraju. **Kako sam dospela ovde?***

*Upravo sam kupila svoju prvu kuću, ali to me je odvelo u duboku depresiju – imam 42 godine i još nemam partnera, a sada živim sama u ovom divnom domu. Nije trebalo tako da bude. Trebalo je do sada da budem s muškarcem iz snova i dobijem decu. **Kako sam dospela ovde?***

*Spolja gledano, moj brak je savršen. Imam divnog, uspešnog muža i dvoje sjajne dece. Samo, osećam se kao da imam tu strašnu tajnu – dve godine nisam imala odnose s mužem. Negde usput je nestalo strasti. Sada živimo kao dva cimera – slažemo se, ali nemamo odnose. Premlada sam da bih se odrekla seksa. **Kako sam dospela ovde?***

Čitate ovo i možda se pitate to isto. Možda se to pitanje još nije oblikovalo u vašoj svesti. Možda je to više osećaj, neimenovana

anksioznost, neodređeni nemir, zbunjujuća nelagodnost u vašem životu, na poslu ili u vezi. Osećate da nešto nije sasvim u redu, ali ne znate šta.

A možda nema nikakve tajne u tome što vas muči. Možda se, poput ljudi koje sam ovde citirala, i vi suočavate s neočekivanim preokretima na svom životnom putu. Sećate se da ste krenuli s jasnom predstavom o tome gde želite da stignete, ali sada se osvrćete oko sebe i kada vidite gde ste završili, shvatite da to nije ni blizu onoga što ste očekivali. Niste mislili da će se stvari ovako odvijati. Niste mislili da ćete to osećati prema svom mužu ili ženi, braku, poslu, životu. Iz dubine svog bića čujete glas koji vam šapuće:

### ***Kako sam dospelo/la ovde?***

Ova knjiga govori o tom pitanju i predstavlja vodič koji će vam pomoći da nađete odgovor.

Ističe važnost ovog pitanja koje može iz korena promeniti vaš život i vaše odnose s drugim ljudima.

Pomoći će vam da prepoznate i shvatite ove važne promene, prekretnice i raskrsnice na svom putu kako biste preko njih prelazili s lakoćom, dostojanstveno i kreativno, oslobođeni straha, krivice i zbunjenosti.

Govori o patnjama koje nesvesno namećete sami sebi i o ceni koju plaćate u poslu ili vezama kada vas to pitanje muči iznutra, a vi ga ignorirate. Ona vas uči da nađete hrabrosti da postavite sebi to pitanje i obratite pažnju na odgovore koje dobijete.

Uz nju ćete naučiti da izbegnete stagniranje u mestima i fazama koji su predviđeni da budu privremeni, i da ih iskoristite kao odskočnu dasku za regeneraciju i ponovno rođenje.

Podučiće vas kako da se, postavivši ovo pitanje i odgovorivši na njega, oslobodite straha, zbunjenosti i tuge – koji nas često drže zarobljenima u prošlosti, a zbog njih ne napredujemo u sadašnjosti – i postanete slobodni da konačno krenete u život s više radosti, istinskog zadovoljstva i ponovo otkrivene strasti.

*Šta da radite kada shvatite da vas stara mapa vodi u smeru u kojem više ne želite da idete? Šta da radite ako dođete do račvanja na putu i ne znate kuda dalje? Kako da odredite sledeći deo svog puta? Kako da ponovo napravite nacrt svog života? Kako da počnete ispočetka?*

Knjiga *Kako smo dospeli ovde?* omogućiće vam da pronađete svoj put do nove nade i sreće gde god da ste sada, i otvorite vrata lične

promene koja često dolazi prerušena u slepe ulice. U njoj ćete otkriti kako da preuzmete kontrolu nad okolnostima u kojima ste se našli tako što ćete prvo proceniti gde ste, kako vas je vaša mapa dovela dotle i potom rešiti sve probleme koji se javljaju kada se zateknete na neočekivanim mestima, bilo u spoljašnjem ili unutrašnjem svetu. Ona je poput priručnika za navigaciju koji vas vodi kroz gustu džunglu misli i osećanja kroz koje često moramo da prođemo kako bismo izašli na drugu stranu i ostvarili ponovno rođenje. Pomoći će vam da razumete mapu koju ste koristili i pozvati vas da napravite novu tako što ćete preko pitanja „**Kako sam dospelo/la ovde?**” doći do sledećih: „Koje izbore imam?“, „Šta sada da radim?“, „Kako da krenem napred?“ i „Gde želim da idem?“. Uz to, pomoći će vam da dođete do odgovora.

Uvek sam govorila da moje knjige ne dolaze „od mene”, već prolaze „kroz” mene, jer to je moje iskustvo. Ne biram temu o kojoj ću pisati; ona bira mene. Kao da knjiga sama teži tome da se napiše, doživlja me sa onog mesta sa kog knjige dolaze, probija se u moju svest, uzvikujući: *Evo me! Obrati pažnju na ono što imam da kažem i pažljivo sve zapiši.* Uvek sam smatrala da je pisanje knjige moj odgovor na taj poziv.

*Kako smo dospeli ovde?* je upravo takva knjiga, nastala zahvaljujući snažnom, upornom glasu koji je zahtevao da ga čujem. Njena poruka je namenjena meni, vama i mnogim ljudima koje poznajete i volite. To je vodič za sve nas na putu samootkrivanja u ovim promenljivim, nestabilnim vremenima. Verujem da je to najvažnija knjiga koju mogu da napišem i potpuno se pronalazim u njoj, jer je proizašla iz mog uzbudljivog putovanja, koje je bilo ispunjeno čestim i korenitim transformacijama, kako na ličnom, tako i na poslovnom planu.

Moj život nije bio lak. Bilo je prožet razočaranjima i obeshrabrenjima, pun gubitaka i izdaja, i zasut brojnim prilikama za tugu i očaj. Bila sam prisiljena da stalno ispočetka učim kako da se krećem kroz neočekivano... a kada bih konačno naučila, morala bih opet.

Znam kako je to kada vas voljena osoba napusti bez objašnjenja i nikada se ne vrati. Znam kako je kada ležite u krevetu pored nekoga ko vas je voleo i osećate kako se naježi kada pokušate da ga dođirnete. Znam kako je to kada s nekim podelite san i bespomoćno gledate kako se taj san raspada u komade, sve dok ne ostane ništa. Znam kako je kada naporno radite na svojoj karijeri da biste izgradili nešto u šta verujete, samo da bi neko naišao i pokušao sve to

da uništi. Znam kako je kada izgubite udobnost i blagostanje koje ste godinama čekali da biste u njemu uživali i pitate se hoćete li ih ikada ponovo steći. Znam kako je kada se suočite s okolnostima i događajima koji deluju zaista nepravedno, kao da vas neka univerzalna sila tera da dodatno patite. Znam kako je kada osećate da vam se srce steže dok shvatate da ćete sve opet morati ispočetka, a niste sigurni imate li energije, hrabrosti i vere za još jedan krug.

Spoznala sam sve ove izazove, kao i mnoge druge. Eto, vidite, da bih i sama emocionalno opstala, morala sam da postanem stručnjak za promene, definišem i razumem proces lične transformacije, shvatim kako da kroz nju prođem, a da ostanem nepovređena i ne poludim. Kad god me neko ispituje o karijeri i pita me ko je ili šta je imalo najveći uticaj na moj rad, uvek dam isti odgovor, na veliko iznenađenje te osobe: „Bolno iskustvo – ono me je pretvorilo u stručnjaka za transformacije.” Ni u kom smislu ne smatram ova povređivanja, slamanja srca i izazove greškama. Nakon dve decenije, tokom kojih sam pomogla stotinama hiljada ljudi, sa potpunom sigurnošću tvrdim: *moj život je s razlogom bio pun događaja koji transformišu.*

Ispričaću vam nešto:

Pre mnogo godina, kad sam tek počela da držim seminare malim grupama ljudi u Los Anđelesu, prijatelj me je pozvao da upoznam nekoga koga je nazvao „veoma neobičnim čovekom”.

„On možda deluje ekscentrično”, objasnio mi je, „ali ima pravi dar – dovoljno je samo da te pogleda i reći će ti koji je smisao tvog života.”

Ova tvrdnja je probudila moje interesovanje, a pošto sam proučavala metafiziku i duhovni razvoj, zaključila sam da moram da posetim tog zanimljivog čoveka.

„Nećeš zažaliti!” garantovao mi je prijatelj.

Sledeće večeri odveo me je u kompleks apartmana blizu okeana, gde je trebalo da čekam svoj dvominutni susret zajedno s desetina radosnih tragaoca.

Došao je i taj trenutak, i uveli su me u malu sobu u kojoj je mistični vidovnjak sedeo na kauču. Bio je u tamnom i dobro skrojrenom odelu, ukrašenom blistavim zlatnim džepnim satom. Da budem iskrena, više je ličio na otmenog, uhranjenog engleskog gospodina nego na osobu koja bi mogla da vidi nečiju sudbinu. Pitao me je za ime i poželeo dobrodošlicu, sve vreme pažljivo me gledajući u oči.

Odjednom je dubokim, upečatljivim glasom izustio: „Nosorog!” „Nosorog – kakve to veze ima sa smislom mog života?” pomislila sam. „Šta želi da kaže – da treba da postanem zoolog ili da se preselim u Afriku?” Bila sam potpuno zbunjena i počela sam da se pitam da nije prijatelj smislio neku šalu.

„Izvinite?” odgovorila sam. Možda ga nisam dobro čula; imao je neobičan naglasak. Možda je rekao „filozof”, a meni se učinilo da sam čula drugačije. Mogla bih da se vidim u toj ulozi. Brzo sam razmišljala. *Nositi* nešto. Da nije rekao „nosata”? Možda misli da mi je nos veliki? Uvek mi se sviđao moj nos. Možda je mislio da mi treba plastična operacija?

„Nosorog!” ponovo je uzviknuo, prekinuvši me u razmišljanju, ovaj put široko se osmehujući. Zavrtela sam glavom, pokušavajući da ukažem na to da apsolutno nemam pojma o čemu priča, i ustala sam da odem kada je praktično povikao: „Rog! Rog nosoroga! *To si ti, draga moja.*”

Ponovo sam sela. „Molim Vas, objasnite na šta mislite”, zamolila sam.

„Ti si rog nosoroga, deo koji hrabro štrči i prethodi telu. Rog ide prvi, znaš. Rog je snažan, hrabar, neumoljiv. Istražuje nepoznato i opasno; probija barijere; uklanja sve prepreke na putu nosoroga kako bi mogao da se kreće sigurno i velikom brzinom. Rog se suočava s problemima i obaveštava telo nosoroga o njima. Pomaže mu da promeni smer, štiti ga od povreda. Rog je učitelj, telo sledbenik. Rog trpi povrede kako bi se telo spaslo. Rog otkriva istinu na putu kako bi se telo slobodno kretalo napred.”

Zapanjeno sam slušala sve što mi je govorio. Po njemu, to je bila svrha mog života – da budem rog nosoroga. Mislila sam da delimično razumem to o čemu je pričao. Čak i u prvim godinama rada s ljudima, imala sam osećaj da će moja iskustva biti srž znanja koje treba da podelim s drugima. Sećam se kako sam pomislila da negde duboko u sebi razumem to što je rekao, ali nisam bila sigurna tačno gde. Ipak, bilo mi je drago što sam došla da ga vidim. Dok sam mu zahvaljivala i kretala prema vratima, podigao je prst, naglasivši: „Ne zaboravi – ti si rog!”

Nisam zaboravila, ali nisam ni potpuno razumela. Nisam znala da je moja karijera „roga” tek počela.

Sledećih deset godina moja sudbina išla je u pravcu koji nisam mogla ni da zamislim. Pored toga što sam pisala, držala predavanja i osmišljavala televizijske emisije, osnovala sam veliki centar za lični razvoj u Los Anđelesu, u koji su dolazili ljudi iz cele Severne

Amerike kako bi učestvovali u seminarima o transformaciji. Jedne večeri, baš kada se bližio kraj vikend-seminara, prišao mi je jedan čovek koji je slušao seminar.

„Želim nešto da Vam poklonim“, obratio mi se. „Zahvaljujem Vam se na svemu što ste učinili za mene i sve nas ovog vikenda, ali čak i više, zahvaljujem Vam se na svemu što ste u životu prošli. Da niste bili dovoljno hrabri da volite tako snažno i pokušavate ponovo bez obzira na to koliko ste bili razočarani, nikada ne biste savladali sve ove lekcije kojima ste nas naučili. Da niste toliko rizikovali i bili spremni da budete tako iskreni, ne bih sada stajao ovde, inspirisan Vašim delom. Video sam ovo u suvenirnici i iz nekog razloga me je podsetilo na Vas – možda zato što ste imali toliko hrabrosti da sve prođete prvi kako biste mogli kasnije podučavati ostale.“

Pružio je ruku, a u njoj je bio mali srebrno-sivi predmet od kalaja. **Bio je to nosorog.**

Zavrtevši glavom u čudu, uzela sam nosoroga. Odjednom su mi reči onog neobičnog čoveka proletele kroz glavu poput munje, reči koje mi godinama nisu pale na pamet:

### ***Rog ide prvi.***

Dok sam stajala tamo u sali za seminare, osvrnula sam se na sve godine koje su prošle od tada i shvatila da je čudak kojeg sam upoznala ipak bio neverovatan vizionar. Zaista je video moju budućnost i znao moju svrhu. Sve što je rekao o rogu nosoroga tačno je opisivalo moju stvarnost. S vremena na vreme prolazila sam kroz bolne, često dramatične lične lekcije, a zatim sam svojim radom delila mudrost koju sam otkrila kako drugi ne bi morali da dožive ista razočaranja; živela sam odvažno i hrabro i imala mnogo ožiljaka na srcu. Nisam držala predavanja *uprkos* sopstvenim iskustvima, već *na osnovu* njih. Umesto da odustanem od učiteljskog poziva zbog ne baš prijatnih iskustava iz lične prošlosti, bila sam im duboko zahvalna, koristila mudrost i svesnost koje sam stekla kako bih osmislila emocionalne mape koje ću podeliti s drugima, koje će ih usmeravati kroz složene i izazovne lavirinte teških perioda u životu.

Nosorog od kalaja je kod mene već više od 15 godina. Stoji na postolju za računar, sa snažnim malim rogom koji ponosno drži uspravno. Pravi mi društvo u mnogim samotnim satima koje provodim u pisanju, razmišljanju, stvaranju. Upravo sada me gleda i podseća me na to ko sam.

Neke činjenice koje sam otkrila o rogu nosoroga:

*Kažu da ima moćna lekovita, čak i magična svojstva, i zbog toga hiljadama godina predstavlja veoma vredan predmet.*

*Koristio se za otkrivanje prisustva otrova, a samim tim i za zaštitu osobe koja ga poseduje.*

*Ako slučajno otpadne, izraste ponovo.*

Zašto sam podelila s vama ovu priču? Zato što, bili svesni toga ili ne, i vi imate „rog nosoroga”. To je ono u vama što je počinjalo ispočetka čak i kada ne biste uspeli i volelo čak i nakon što bi vas neko povredio. Što uranja u promene, iako ste možda preplašeni, i naslućuje svoj put napred kroz mrak, iako možda niste sigurni gde tačno idete. To je ono u vama što predstavlja vašu hrabrost – hrabrost da postavite pitanja i budete spremni da čujete odgovore, pogledate u sebe, uzmete u ruke ovu knjigu i nadate se da ćete zahvaljujući onome što ćete pročitati bolje razumeti sebe.

Poštujem tu hrabrost u vama. Na sledećim stranicama vam predstavljam sve što sam naučila o načinima kako iskoristiti svoju prirodnu hrabrost kako biste našli izlaz iz svake situacije sa kojom se suočavate na svom putovanju. **Životne promene, tranzicije i preobražaji nisu nešto što se jednostavno događa samo od sebe. To su veštine koje zaista možete naučiti i savladati.** Umesto da se osećate kao žrtva okolnosti i želite ili se molite da se izazovi s kojima se suočavate brzo okončaju, možete aktivno da učestvujete u procesu kroz koji prolazite i iskoristite ga za neverovatni rast, uvid i buđenje.

Ovo saznanje me je održalo i oslobodilo, i kao takvo predstavlja srž poruke koja se provlači kroz ovu knjigu:

**Način na koji se nosite s onim što se očekuje  
i čemu se u životu nadate  
nije ono što vas na kraju određuje i uzdiže  
kao ljudsko biće,  
već je to način na koji se povezujete s neočekivanim,  
hrabro susrećete s nepredviđenim,  
krećete kroz neizvesno i izranjate,  
preobraženi i preporođeni, na drugoj strani.**

U početku je zbunjujuće, čak i uznemirujuće, kada se nađete u okolnostima koje niste očekivali, a kamoli želeli. Međutim, kada prevaziđete prvobitni šok zbog toga što ste se našli na neočekivanom mestu u životu, imate dragocenu priliku da istražite sve nove



BARBARA DE ANĐELIS

puteve do kojih stižete sa tog mesta. *Neočekivana odredišta garantuju neočekivana iskustva, neočekivanu mudrost, neočekivana budućnja i, na kraju, neočekivane blagoslove.* Najzad, o tome i jeste reč u ovoj knjizi – o kretanju napred i gledanju u budućnost na novi način, s nadom.

To je ono što će otkriti vašu istinsku snagu i veličinu, učiniti vas mudrima, pružiti iskustvo istinske strasti, radosti i slobode.

S ljubavlju,

Barbara de Anđelis  
Santa Barbara, Kalifornija