

NASLOV ORIGINALA:

Dr. Barbara de Angelis

Secrets About Life Every Woman Should Know

Copyright © 1999 by Barbara De Angelis, Ph.D.

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:

1000

IZDAVAČ:

Publik praktikum

Dobrovoljačka 10/I, Zemun

office@publikpraktikum.rs

011/4202 544; 011/4202 545

GODINA IZDANJA:

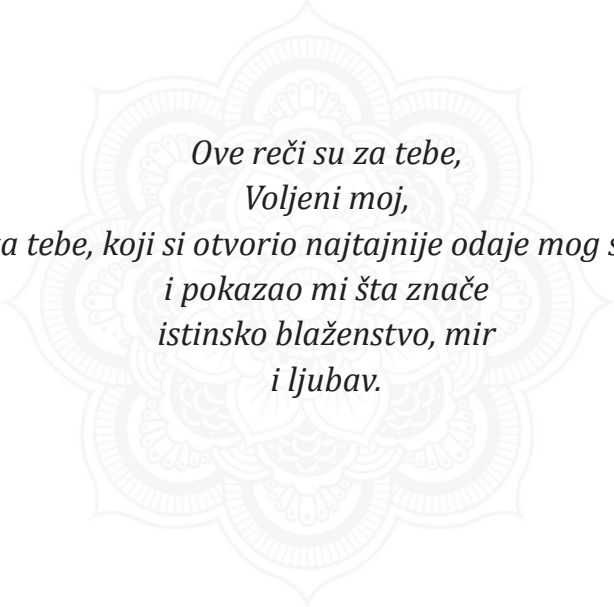
2021

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

TAJNE O
ŽIVOTU KOJE
SVAKA ŽENA
TREBA DA ZNA

Barbara de Andelis

HARMONIIJA



*Ove reči su za tebe,
Voljeni moj,
za tebe, koji si otvorio najtajnije odaje mog srca
i pokazao mi šta znače
istinsko blaženstvo, mir
i ljubav.*

SADRŽAJ

ZAHVALNICE	9
UVOD	11
PRVA TAJNA	
Sve što vam je potrebno za sreću nalazi se u vama	21
DRUGA TAJNA Životni cilj vam je da se razvijete u najbolje ljudsko biće koje možete biti	39
TREĆA TAJNA Promene su neizbežne, zato prestanite da se opirete i prepustite se toku života	57
ČETVRTA TAJNA Sve prepreke su prerusene lekcije – odajte im počast i učite iz njih	85
PETA TAJNA Vaš um stvara vaš doživljaj stvarnosti, zato se sprijateljite s njim	109
ŠESTA TAJNA Zbog straha nemate osećaj da ste žive – nek vam hrabrost bude jača od straha	137
SEDMA TAJNA Morate voleti sebe da biste zaista mogle voleti druge i bile voljene	159
OSMA TAJNA Svaka veza je vaše ogledalo, a svi ljudi su vam učitelji	179
DEVETA TAJNA Istinska sloboda je u načinu na koji odgovarate na život, a ne u onome što vam život radi	199
DESETA TAJNA Na sva pitanja, odgovor je ljubav	215

ZAHVALNICE

Želela bih da izrazim svoju ljubav i zahvalnost sledećim ljudima: Bobu Mileru, mom izdavaču iz izdavačke kuće *Hiperion*: Hvala ti zbog toga što si imao viziju da kreneš sa mnom u novom pravcu, što veruješ u moju poruku i znaš da nam je ponovni susret bio suđen. Drago mi je što ponovo sarađujemo.

Lesli Vels, mojoj urednici: Tako sam ti zahvalna na strpljenju, što si me bodrila i pružala mi nežnu podršku dok sam prolazila kroz tajanstven i izazovan proces rađanja ove knjige.

Harviju Klingeru, dragom prijatelju i menadžeru: Hvala ti jer si znao da je vreme za promenu i jer si sačekao da ja budem spremna. Kao i uvek, ti prepoznaješ moju najvišu svrhu, i tako sam zahvalna što te imam uz sebe.

Mojoj asistentkinji, Alison Bets: Sigurna sam da mi te je poslao Bog lično! Paziš na mene, hrabriš me, vodiš računa o svemu u mom životu i činiš moju porodicu srećnom kako bih mogla da obavim posao zbog kog sam ovde. Ne mogu ni da zamislim šta bi bilo da sam ovu godinu morala da preživim bez tebe. Hvala ti na bezuslovnoj ljubavi i na tome što uvek svemu prilaziš srcem.

Rut Kruz: Znaš li koliko mi značiš u životu? Pomažući meni i ljudima koje volim, omogućila si mi da pomognem mnogima. Tvoja duša je divna i znam da si blagoslovena svojom dobrotom.

Pam Kir: Volim te zato što me držiš za ruku, brišeš mi suze, oduševljavaš se mojim idejama i uvek me podsećaš na najveću istinu. Prijateljstvo s tobom uvek mi pruža utehu, isceljuje me i daje mi snagu; tako sam ti zahvalna na odanosti, društvu i ljubavi.

Timu Lemanu i Viduri Barrios: Bolju porodicu od vas ne bih mogla da zamislim. Hvala vam što brinete o meni, što sa mnom delite srce i dušu, i tretirate me kao boginju. Vaša ljubav uvek sa sobom nosi najveću istinu, jer vidimo bogove jedni u drugima.

Mojim najdražim prijateljicama Amandi Kamsler, Džeki Ekls, Kimberli Kerbeger i Lorin Roš: To što sam znala da ste tu za mene

omogućilo mi je da prođem kroz neke od najtežih perioda u životu, da iz njih izađem cela i kao pobednik. Hvala vam što me uvek podsećate na sve što zaslužujem i volite bez obzira na to kroz šta prolazim.

Margaret Svit: Tvoje nežno usmeravanje mi je omogućilo da budem strpljiva i uporna i da ne prestanem da se nadam. Tako sam zahvalna na poznavanju univerzuma koje te prožima i na jasnom i pažljivom načinu na koji to deliš sa mnom.

Svami Durganandi: Tvoja mudrost, veliko znanje i ohrabrivanje pomogli su mi da vrata transformacije držim otvorenim kako bih prošla na drugu stranu. Hvala ti, draga sestro po duhu, što si vide la gde sam i šta mi je potrebno i što si me vodila s tolikom sigurnošću, saosećanjem i uverenošću.

Svamiju Kripanandi: Nema reči kojima bih mogla dovoljno da ti se zahvalim na tome koliki si mi blagoslov u životu. Divim se tajanstvenim načinima na koje služiš kao glasnik milosti i klečim pred tvojom zaštitom, nežnošću i ljubavlju. Koliko sam ti samo zahvalna što si večiti primer koncentracije, prepuštanja i posvećenosti, i što se na nežan, a opet neupitan način staraš da nikada ne zaboravim svoj pravi cilj.

I tebi, koga sam rođena da volim: Znaj da je ova knjiga posvećena čudu našeg ponovnog povezivanja.

UVOD

*Najsvetliji trenutak u životu
jeste onaj u kom se zareknete da ćete spoznati Istinu,
tako čvrsto da nema povratka.*

GURUMAJI ČIDVILASANANDA

Zamislite da se svakog jutra budite radujući se danu pred sobom, sigurne da ćete, kada te večeri legnete u krevet, moći da kažete: *Ovaj dan je bio divan!*

Zamislite da znate način kako da, bez obzira na izazove sa kojima se suočavate u vezama, na poslu ili sa porodicom, uvek ostanete usredsređene, smirene i bistrog uma...

Zamislite da u sebi imate izvor samopouzdanja i mudrosti, na koji možete da računate kao na stalno izvorište inspiracije i snage...

Zamislite kako bi bilo da znate tačno šta vam je potrebno da baš svaki trenutak svog života ispunite velikim zadovoljstvom, srećom i potpunim mirom...

Sve ovo što sam opisala nisu samo neostvarivi snovi – to je ostvariva i potpuno dostižna realnost. Sve to predstavlja sliku života koji oduvek sanjate, a uvereni ste da se ne može ostvariti. Ali može. Ovu knjigu sam napisala da bih vam pomogla da stvorite sebi takav život, život koji funkcioniše, ima smisla i, ono najvažnije, život u kom živite i volite kao snažna, ispunjena ličnost kakva ste oduvek želele da budete.

U ovoj knjizi se radi o nečemu za čim svako od nas u svom srcu traga – o istinskoj, unutrašnjoj slobodi, o kakvoj sveci i mistici vekovima pišu. To nije sloboda da steknete više svega što na kraju možete izgubiti, niti da doživite više svega što će se na kraju promeniti, niti da radite više svega što na kraju neće ni biti važno. Ovo je pak sloboda koju stičete sa znanjem kako da pronađete sopstveno stanje radosti i zadovoljstva, kao i da ga zaštitite od svih uspona i

padova u životu. To je sloboda koju stičete sa znanjem o tome kako da u sebi izgradite središte emocionalnog i duhovnog samopouzdanja, središte koje će vam omogućiti da svaki dan živite s više radošti, snage i mira. **Iznad svega, to je sloboda koju stičete kada u sebi pronađete izvor sigurnosti i sreće – sreće koju vam nika-da niko i ništa neće poljuljati.**

Otkad znam za sebe, tragala sam za ovom unutrašnjom slobodom; svesno sam se posvetila putovanju na kom sam pokušavala da otkrijem istine o životu koje bi mi pomogle da nađem smisao svog postojanja i izvučem maksimum iz vremena koje mi je dato na zemlji. Sa 18 godina pronašla sam svog prvog duhovnog vodiča, a kasnije sam imala tu čast da učim od mnogih velikih i veoma cenjenih učitelja, pristupim znanjima i praksama najstarijih duhovnih tradicija na svetu.

Knjiga *Tajne o životu koje svaka žena treba da zna* sadrži najvažnije lekcije o životu koje sam naučila tokom sopstvene emocionalne i duhovne odiseje, koja me je iz korena menjala u poslednjih 30 godina. Iako su informacije iz ove knjige strpljivo i uporno sazrevale u meni sve ovo vreme, nisam je mogla napisati pre deset ili pet, pa čak ni pre dve godine. Kao kada znate da supa mora još malo da se krčka, da bi ova knjiga dobila pravi „ukus“, bilo je neophodno da prođem kroz poslednje dve godine svog života. Sada je spremna, čast mi je i veliko zadovoljstvo što mogu da vam je predstavim.

Sve mi, svesno ili nesvesno, provodimo život u traganju za nečim što nas trajno ispunjava. Svakodnevno donosimo na stotine odluka: od toga šta ćemo pojesti za doručak, preko toga koji ćemo CD slušati u kolima, pa sve do toga koliko ćemo se potruditi oko projekta u koji smo se zaljubile, a sve na osnovu toga šta mislimo da će nas učiniti srećnijima, šta će stvoriti veći osećaj sigurnosti, šta će nam obezbediti više onoga što mislimo da nam treba kako bismo se osećale potpuno i uspešno. Većina ovih odluka predstavlja pokušaj da ovladamo spoljnim svetom, ili barem da se nosimo sa njime. U to ulažemo svoju energiju – u pokušaje da dobijemo ono što želimo i držimo sve pod kontrolom.

Uprkos tome što dajemo sve od sebe, što se svojski trudimo da sve ispadne onako kako želimo, događa se nešto čudno: *naše nade i snovi neprestano se sudaraju s realnošću*. Imamo predstavu o tome kako naš život *treba* da izgleda, ali ako smo zaista iskrene prema sebi, moramo priznati da nam život izgleda potpuno drugačije nego što smo zamislile. I tako patimo, jer je ono što se događa drugačije

od onoga što mislimo da *treba* da se događa, jer se ne osećamo baš onako kako mislimo da *treba* da se osećamo. Stvarnost nas je izneverila, ne samo jednom, već mnogo puta.

U nekom trenutku u životu, obično kada zađemo u tridesete i četrdesete, suočavamo se s teškom istinom da, *ma šta postigle i stekle, ne možemo u potpunosti da kontrolišemo šta se događa izvan nas*. Ovaj zaključak nam često ispuni srce dubokim osećajem emocionalne i duhovne nelagodnosti, proganja nas u mislima s izazovnim i možda uznemirujućim pitanjima: **Koja je svrha mog života? Koji je moj zadatak? Zašto nikako da osetim pravu sreću i doživim pravi unutrašnji mir?**

Da li ste nekada gledale jednu od onih cirkuskih tačaka u kojima neko vrti 10 ili 12 porcelanskih tanjira na tankim štapovima? Izvođač izlazi i počinje s nekoliko tanjira, a zatim dodaje još nekoliko, pa još nekoliko, i na kraju se svi tanjiri vrte zajedno. Barem je to cilj. Svi znaju šta se događa – baš kada se svi tanjiri na jednom kraju stola zavrte kako treba, tanjir na drugom kraju počinje da posustaje, pa cirkusant trči do njega i zavrti ga brže. Odjednom izgleda kao da će se dva tanjira u sredini srušiti, a čim i njih namesti, druga dva tanjira koji nisu jedan uz drugi prete da će pasti. On pomahnitalo juri tamo-amo, publika se oduševljeno smeje i nagrađuje ga aplauzom ako mu pođe za rukom da sve tanjire zavrti kako treba bez lomljave.

Zašto se tako divimo ovoj tački? Zašto, kada tanjir padne, glasno uzdišemo osetivši neku vrstu perverznog oduševljenja? Zato što ova predstava savršeno oslikava naše živote. U stvari, većina nas upravo ovako živi. Tu su svi ti „tanjiri” – tanjiri emotivnih veza, posla, porodice, novca, zdravlja, kao i mnogi drugi – a naš cilj je da se svi istovremeno vrte. Znae šta ste prvo uradile kada ste se probudile jutros? Mentalno ste proverile svoje tanjire!!! *Da vidimo, tanjir veze... pa, s mužem stvari stoje dobro. Šta je dečjim tanjirom? Hmm... malo klimavo... Dženifer ima problema u školi, ali još nije strašno. Da vidim taj poslovni tanjir. O NE! Baš se klima – baš kasnim s onim projektom, a gledaj tek tanjir novca... O bože, dug na kreditnoj kartici je prevelik ovog meseca, taj tanjir će pasti...*

I tako provodite ostatak dana trčkarajući unaokolo u nastojanju da stabilizujete klimave tanjire, nadajući se da neće previše tanjira istovremeno početi da pada. Smatrate da je dan „lep” kada se svi tanjiri bez problema vrte. A kada je dan loš? Pa, sve znamo kako to izgleda: kao da neko zlonamerno, nevidljivom rukom, obara tanjire

sa štapova jedan za drugim i ma koliko se trudile, jednostavno ne uspevate da ih zadržite gore, gde im je mesto.

To je bitka koju bijete svakoga dana, bitka za uspostavljanje kontrole nad svojim životom. Imate svoju zamisao o tome kako stvari „treba“ da stoje, kako „treba“ da vam bude u vezi, koliko novca „treba“ da zarađujete, kako deca „treba“ da se ponašaju, kako ljudi „treba“ da budu fer prema vama i kako bi sve „trebalo“ da ispadne. A kada se dogodi nešto što se ne slaže s tom zamisli, a neizbežno se događa, čini vam se da nešto ide „po zlu“ – osećate da nemate kontrolu. Jedan od tanjira je pao. Možda ste 10 minuta ranije bile srećne, ali odjednom ste ljute, uplašene ili depresivne. *Izgubile ste svoj unutrašnji mir.*

Kao i mnogi ljudi, veliki deo života sam provela skupljajući „tanjire“ za koje sam mislila da su divni – savršen posao, savršenu vezu, savršen dom – a zatim sam očajnički pokušavala da ih vrtim i molim se da niti jedan od njih ne padne na pod. I naravno da nisam uspevala jer, kao što ćemo kasnije videti, svrha života jednim delom jeste u tome da ti tanjiri padaju, a da mi učimo lekcije koje nam neizbežno slede dok gledamo u komadiće svog ega, koji leže rasuti svuda oko nas. Što se mene tiče, kad god bi neki tanjir pao, osećala bih se kao da sam negde pogrešila i unutrašnja stanja zadovoljstva i mira bila bi uzdrmana. *Kada bih samo uspela da zadržim sve tanjire na mestu, govorila bih sebi, tada bih konačno bila srećna.*

Upravo me je moja grozničava potraga za istinom na kraju dovela do niza dubokih spoznaja. Preko 20 godina podučavala sam i pisala o tome kako da ostvarimo veze pune ljubavi s ljudima u svom životu. Objasnjavala sam kako postoje emotivni principi zahvaljujući kojima uspevamo ili ne u ljubavi, a ako se potrudite da naučite ove principe, bićete u prilici da osetite veću bliskost, povezanost i ispunjenost. Konačno sam dosegla još dublji nivo razumevanja: **najvažnija veza koju imam, koju svi imamo, jeste veza sa samim životom.** Imala sam obrasce povezivanja sa životom – prihvatila sam ga i opirala mu se, prepuštala ga i pogrešno shvatala, prilazila mu hrabro ili oprezno, obraćala pažnju na ono što mi poručuje ili to potpuno zanemarivala, osećala zahvalnost i bila nezahvalna zbog onoga što mi daje – baš kao što sam imala obrasce u odnosima s drugim ljudima. Način na koji sam birala da tumačim ono što mi se dogodilo, stav koji sam zauzimala ujutru čim se probudim, način na koji sam reagovala na teškoće, i koliko sam slušala sve što je život pokušavao da mi kaže, sve ove navike su odredile

kvalitet mog odnosa sa životom. A odnos sa životom je uticao na sve druge odnose koje sam ostvarivala. **Sve je počelo u meni samoj.**

Znala sam principe zahvaljujući kojima funkcionišu međuljudski odnosi. Znala sam šta komunikaciju dvoje ljudi čini uspešnom. Pa koji su to principi koji će moj odnos sa životom učiniti uspešnim?

DESET TAJNI O ŽIVOTU

Knjiga *Tajne o životu koje svaka žena treba da zna* pruža vam odgovore na ova pitanja, koje vam otkrivam u obliku 10 važnih principa ili tajni o životu. O ovim osnovnim, univerzalnim principima hiljadama godina se uči i piše u svim najvećim svetskim filozofskim i duhovnim tradicijama. Zašto ja ove osnovne principe života nazivam „tajnama“¹? Ovih 10 tajni nisu neke teško razumljive misterije *već pogledi na život kojih, naravno, nismo bile svesne, pa samim tim nismo mogle da koristimo njihovu mudrost.* I sve dok nam ova mudrost ostaje skrivena, nemamo koristi od nje, nastavljamo sa svojim životima osećajući da nam nešto važno nedostaje, a ipak ne znamo tačno šta.

Kada ne znate kako da nešto uspešno izvedete, to postaje izvor vaših frustracija. Na primer, ma kako divan auto imale, ako ne znate kako da ga upalite, pokrenete ili da skrenete, nećete moći da ga vozite. Ako kupite najskuplji, najmoderniji računar, ali ne pogledate uputstvo, niti vam neko pokaže kako da ga koristite, kompjuter će vam samo stajati na stolu, potpuno beskoristan. Muzički instrumenti poput klavira, gitare ili violine, sami po sebi su beskorisni – sem ako znate kako da ih naterate da proizvedu željene zvuke, a tada postaju čarobni.

Isto važi i za život. Poput automobila, kompjutera ili klavira, život radi ili ne radi u zavisnosti od toga da li ste naučile osnovne principe, tj. tajne kojima ćete naterati život da radi. Kada otkrijemo ove principe i počnemo da ih primenjujemo, isto je kao da smo odjednom pritisnule prave dugmiće na kompjuteru ili shvatile kako da ubacimo automobil u prvu brzinu. Sve počinje da teče glatko. Sve konačno dobija svoj smisao.

Pred vama je 10 principa ili tajni o životu, koje vam predstavljam u ovoj knjizi:

¹ Engleska reč za tajnu je secret i potiče od latinske reči secretus, što znači „skriveno“. (Prim. prev.)

TAJNE O ŽIVOTU

- 1. Sve što vam je potrebno za sreću nalazi se u vama.**
- 2. Životni cilj vam je da se razvijete u najbolje ljudsko biće koje možete biti.**
- 3. Promene su neizbežne, zato prestanite da se opirete i prepustite se toku života.**
- 4. Sve prepreke su prerusene lekcije – ukažite im počast i učite iz njih.**
- 5. Vaš um stvara vaš doživljaj stvarnosti, zato se sprijatelžite s njim.**
- 6. Zbog straha nemate osećaj da ste žive, nek vam hrabrost bude jača od straha.**
- 7. Morate voleti sebe da biste zaista mogle voleti druge i bile voljene.**
- 8. Svaka veza je vaše ogledalo, a svi ljudi su vam učitelji.**
- 9. Istinska sloboda je u načinu na koji odgovarate na život, a ne u onome što vam život radi.**
- 10. Na sva pitanja, odgovor je ljubav.**

Kada sam shvatila ove tajne, drastično mi se promenio život, kao i životi ljudi kojima sam ih otkrila. Otkrila sam da, kada sam u bilo kom trenutku nezadovoljna, uznemirena ili nisam usredsređena, ako izgubim osećaj unutrašnjeg zadovoljstva i sigurnosti, tako kršim neki od ovih 10 principa. Ne dopuštam sama sebi da budem srećna. S druge strane, kada se setim ovih tajni i primenim njihovu mudrost, osećam se snažno, mirna sam i slobodna.

Kod ovih 10 tajni uzbudljivo je zapanjujuće otkriće da *već imate sve što vam je potrebno da u ovom trenutku budete srećne*. Nema ničega što s vama nije u redu, što bi trebalo popraviti; ne fali vam ništa što bi trebalo naći ili zameniti. Zapravo, ne treba da dodajete bilo šta onome što već jeste, samo da stupite u dodir sa onim što nosite u sebi. Stoga ova knjiga nije knjiga o tome kako da postanete bolje – nego o tome kako da pronađete sebe.

Ovo je osnovna poruka knjige *Tajne o životu*: prava emotivna sigurnost ne nalazi se u nadi da će nam se tanjiri vrteti kako treba, niti u nadi da ništa neće uzburkati more našeg života i da nam

nikakvi veliki talasi neće zaljuljati čamac. Sigurnost za kojom tragamo i zaštita za kojom čeznemo nastaju kada bacimo unutrašnje sidro, kada se iznutra oslonimo na sebe tako da, bez obzira na sve što se dogodi izvan nas samih, ostanemo čvrsto povezane sa izvorom neograničene snage i mira u sebi. Šta god da se dogodi, ne tonemo.

*Kada mudrost Stvarnosti dođe,
koprena neznanja spada.
Sve dok pogrešno vidimo stvari,
pogrešna percepcija nam odvlači pažnju i čini nas očajnima.
Kada počnemo da gledamo ispravno, nestaje i sav očaj.*

ŠANKARA

Postoje trenuci u životu kada smo zaista zrele za rast. Postoje trenuci kada ste spremne da nešto promenite, jer ako to ne učinite, postaće vam veoma neprijatno. Postoje trenuci u kojima više ne smete ostati tu gde ste, inače ćete patiti jer ne idete tamo gde treba da budete. Ako imate sreće, baš kada počnete da osećate kako zaista nešto morate da promenite, Bog, univerzum, božanska inteligencija ili bilo šta što za vas označava višu silu, na vaš put stavlja upravo ono što vam je potrebno kako biste napravile sledeći korak. To je možda osoba koja vas inspiriše, pa zbog nje počnete da gledate sebe drugim očima, ili iskustvo koje vas natera da se promenite, ili knjiga koja vam kaže baš ono što je trebalo da čujete. Ovo su čarobni trenuci kada sve dolazi na svoje mesto, kao da je neko namestio pozornicu na kojoj ćete videti svoj život onakav kakav zaista jeste, a onda se zavesa iznenada podiže. Ugledate sve to i uskliknete: *O bože, nisam to ranije videla*. Istina o sebi koju vidite daje vam novu snagu i moć, jača ljubav i strast.

Držite u rukama ovu knjigu i čitate ove reči jer je, znale vi to ili ne, očekivale ili ne, ovo jedan od tih čarobnih trenutaka u vašem životu. Suđena vam je duboka promena svesti. Desiće vam se nešto divno! Osećate li?

Dok ulazimo u novi milenijum, nalazimo se u moćnom trenutku, s prilikama za strahovit razvoj i strahovito buđenje. To je kao da nam kroz život iznenada dune snažan vetar, a taj vetar predstavlja silu promene, dobronamernu, nezaustavljivu silu, čiji je cilj da otkloni sve one obrasce, stavove i stara uverenja koja nas zadržavaju, i da nas povede u novi i širi način života, u kome je manje strahova. Jeste li primetile da u vašem životu počinje da duva,

kako spolja, tako i iznutra? U mom definitivno duva jako, a primećila sam da se isto događa gotovo svima koje znam, koji zaista žele da postanu svesniji kao ljudska bića. Baš kao da držite ceo svoj život, svoju vezu i posao lepo poređanim i složenim nalik dokumentima na stolu, odjednom, bez upozorenja, pojavljuje se ovaj snažni vetar i oduva sve papire sa stola. Tako vi trčite unaokolo, pokušavate da pokupite ove papire i da ih vratite tamo gde im je mesto, ali naleti vetra ne prestaju.

Ako mislite da vam nešto protresa život, u pravu ste. To je vetar promene, vetar milosti. A ako pažljivo oslušnete, čućete da vam govori: *Došlo je vreme da uživate više, a patite manje; došlo je vreme da budete slobodnije i da se manje plašite; došlo je vreme da se setite ko ste zaista.*

Ova knjiga je napisana u ženskom rodu. To ne znači da ove tajne o životu nisu univerzalne ili da ne važe za muškarce, jer važe. Ipak, želela sam da ova knjiga bude poziv upućen posebno ženama, mojim sestrama po duhu, poziv da s vama podelim plodove svojih godina traganja i otkrivanja. Verujem da je od suštinske važnosti da žene podučavaju jedna drugu, jer kada poštujemo jedna drugu kao učiteljicu, prepoznavamo i učiteljicu u samoj sebi. Dok sam odrastala, imala sam tako malo ženskih uzora, a svi moji prvi vodiči, predavači na seminarima, mentori i savetnici bili su muškarci; slično je s mnogim ženama. Čast mi je da sam, u svom poslu, imala priliku da budem savetnik kako muškarcima, tako i ženama, jer verujem da nešto jedinstveno i čarobno isijava iz nas dok podučavamo jedna drugu i dobijamo nešto što ne možemo dobiti od muškarca – ne kažem da je to nešto bolje, već samo da je drugačije. Ipak, ova knjiga je namenjena i muškarcima, a vi ćete znati sa kojima da je podelite...

Najzad, knjiga *Tajne o životu* predstavlja dar, ne moj dar vama, već dar koji dajete same sebi. Možda verujete da čitate ovu knjigu jer mislite da bi mogla da bude zanimljiva ili zbog toga što ste je dobile kao poklon od prijateljice, ali otkriću vam jednu tajnu: *držite ovu knjigu u rukama jer je vreme da primite dar, dar od Boga, ili ma koje druge milosti u koju verujete.* Da li ste u tišini svog srca skoro tražile pomoć? Da li ste imale osećaj da ste spremne da krenete napred? Možda ste konačno spremne da čujete dar u vidu podataka koji se nalaze na ovim stranicama. Kao autorka, ja sam samo neko ko predaje ovaj dar, kao što sam ga i sama dobila. Pozivam vas da knjigu ne čitate samo bez predrasuda u glavi, već i iz srca, s namerom da primite poruke koje su baš vama namenjene. Pustite

reči da vam prodru duboko u biće. Pustite ih da se obrate vašem izgladnelom duhu.

Poznati filozof Platon jednom je rekao da *neistražen život nije vredan življenja*. Istina je da ne možete sebi pokloniti nešto veće od vremena i prostora da pogledate u sebe. Ne možete ni drugima – partneru, deci, prijateljima, porodici, pa čak ni strancima – pokloniti nešto veće. Kada se zaista zagledate u sebe, pa se ponovo vratite natrag, više nikada nećete biti ista osoba. U vama je toliko tajni i toliko čuda, toliko toga što želi da vam se otkrije. Kada ove tajne shvatite i kada ih primenite, svakodnevni trenuci ispuniće vam se dubokim buđenjem i počecete da živite život koji vas nagrađuje onim čemu ste se nadale.

Pozivam vas da krenete sa mnom na putovanje važnije od svih, na putovanje koje će vas vratiti do same suštine vašeg bića, čiji je cilj unutrašnji izvor nedodirljive radosti i zadovoljstva, putovanje čiji konačni dar vama će biti stanje istinske i trajne slobode. Ova sloboda vam je sada nadohvat ruke, samo dopustite sebi da je osetite.

Drage moje, da li ste spremne da počnete da živite životom za koji ste oduvek znale da je moguć?

S mnogo ljubavi,
BARBARA DE ANĐELIS