

Beti B. Jangs

*OD SRCA
NA DAR*

*Priče koje veličaju presudne
životne trenutke*

Prevela sa engleskog
Branka Stamenković

MONO & MAÑANA PRESS

Naslov originala
Bettie B. Youngs, Ph.D., Ed.D.
Gifts of the Heart - Stories That Celebrate Life's Defining Moments

Izdavač
MONO & MAÑANA PRESS

Za izdavača
Miroslav Josipović
Nenad Atanasković

Prevod
Branka Stamenković

Lektura
Lidija Kitanović

Priprema za štampu
APOLLO dtp

Štampa
Čigoja štampa

Tiraž 500

CIP - Katalogizacija u publikaciji
Narodna biblioteka Srbije, Beograd

820(73) - 32

Jangs, Beti B.

Od srca na dar / Beti B. Jangs; (prevod Branka Stamenković). - Beograd: Mono: Mañana press, 1998 (Beograd: Čigoja štampa). - 300 str.; 21 cm

Prevod dela: Gift of the heart / Bettie B. Youngs. - Tiraž 500.

159.947.3

a) Psihologija uspeha
ID = 69127180

Uvod



Začuđujuće ljudsko srce

Tokom istorije, u skoro svim poznatim kulturama i religijama, reč „srce” korišćena je kako bi opisala kolevku osećanja; ponekad se koristila i da opiše njihovo rađanje. Ali, naravno, srce je mnogo više od toga. Život zavisi od njegovog pumpanja krvi. Medicinski posmatrano, dokle god srce osobe kuca, ona se smatra živom. Ono predstavlja centar cirkulacije života svih nas, srce je ne samo dom u kojem je zaštićena životna snaga, već i srž naše emotivne živosti i emotivne sposobnosti. Zbog toga je ono toliko vredno jer simbolički predstavlja najdragoceniji mogući dar – ljubav. Univerzalni simbol srca je ljubav, a simbol ljubavi je srce.

Kako je to romantično. Simbol srca obuhvata osećanja nežnosti, pažnje i brige. Postoji li u savremenom svetu veća pozitivna snaga, veća dubina emocija, veća moć razvoja i isceljenja?

Dualnost fizičkog i emotivnog svakako ne predstavlja samo modernu predstavu srca. Postoje dokazi da je još



825. godine naše ere *heorte* smatrano i fizičkim organom i sedištem emocija.

Metafora „srca” deluje prikladna za istraživanje literalnih definicija. U svakom rečniku, nakon anatomskih definicija navedene su definicije poput: „vitalni centar bića, emocija i osećaja; skladište najiskrenijih osećanja i verovanja”. Ne moramo daleko otići da bismo otkrili način na koji su značenja ovih emotivnih i fizičkih aspekata integrisani – dovoljno je da navedemo dve situacije: prilikom sviranja himne, ruku stavljamo na srce; prilikom venčanja, prsten stavljamo na domali prst za koji se ranije smatralo da u sebi ima venu koja vodi do srca, te je on proglašen „romantičnim prstom”.

Ova jednostavna reč od četiri slova ima mnoge konotacije: hrabrost, stamina, velikodušnost, dobrota i brižnost predstavljaju sinonime za srce. Spisak često korišćenih idioma koji ilustruju mnogostruka značenja reči „srce” jeste beskonačan.

Sledeći spisak, iako samo delimičan, daće vam predstavu o tome:

- slomljeno srce – veliko razočarenje ili tuga
- govoriti iz srca – iskreno izraziti najdublja osećanja i verovanja
- u srcu stvari – u osnovi, u stvarnosti, fundamentalno
- iz dubine srca – potpuno iskreno
- u srcu srca – u dubini sopstva
- srce mi je na mestu – imati dobre namere



- primiti k srcu – ozbiljno shvatiti
- biti srčan – imati hrabrosti ili snage
- svim srcem – s energijom ili entuzijazmom
- imati srca – biti samilostan ili imati milosti
- nemati srca – biti nemilosrdan

Kada bismo ispitivali svaku pojedinačnu definiciju, bili bismo bliži shvatanju sveukupnog značenja „srca”. U suštini, neki rečnici posvećuju ovoj jednostavnoj reči, njenom poreklu i istorijatu, i po celih pet stranica. Integrišući sve definicije, prošle i sadašnje, srce može poslužiti kao dokaz načina na koji ljudi prilaze životu, borbi sa stresom, napetostima i preprekama sa kojima se susreću. Upravo taj dokaz pojašnjava suštinu našeg srca; maratonac koji prevazi- lazi sva fizička ograničenja i uspeva da završi trku; siromašna osoba koja se uzdiže iznad uslova u kojima se nalazi, dostiže svrhu i značenje i postiže uspeh; roditelj koji bezuslovno voli i podržava svoju decu u svim situacijama; osoba koja preživ- ljava lično oćajanje; dete koje raste i kada su roditeljska ljubav i briga uskraćeni ili ogranićeni.

Pomislite šta sve zahtevamo od svog srca – da ućiva u neverovatnoj lepoti nećnog leptira; da se veće za sme- Źurano novorođenće i štiti ga do kraja života; da trijumfu- je nad tragedijom ili je prevaziće; da zaleći gubitak; da ućiva u radosti i ljubavi. Bez obzira na prirodu zadatka – bio on veliki ili mali – mi od srca traćimo da ga proseje, da iskustvo doćivi s ljubavlju, na naćin koji nudi dublje razu- mevanje i prihvatanje života. Bez obzira na to da li osećamo



radost, bol ili očajanje, od srca zahtevamo da „nastavi dalje”. Tako je i sa majkom iz priče koja sledi, koja, nakon gubitka dvoje dece i supruge u saobraćajnoj nesreći pronalazi načina da nastavi da voli i podiže ostatak svoje porodice.

Elejn se seća da je u poslednjim trenucima svesnosti čula buku izazvanu jakim udarcem, nakon čega je usledio zastrašujući zvuk lomljave stakla i gužvanje metala svud oko nje, i prevrtanje. Potom je nastupila hladna tišina mraka. Oči su joj se privikavale na slabo svetlo noći i vid povratio tek toliko da razmeni poglede sa voljenim suprugom Džonom pre nego što je izdahnuo.

On je bio ljubav njenog života. Bili su u braku prepunom ljubavi dvadesetjednu godinu. Nastanili su se u južnoj Kaliforniji i, kako je on to imao običaj da kaže: „zajedno otpočeli biznis i savili ‚gnezdo‘. Njihovo „jato” činili su najstarija ćerka, koja sada ima dvadeset godina, i dva para blizanaca – dva dečaka, koji sada imaju 16, i dečaka i devojčice, koji imaju 13 godina.

U nekim porodicama, članovi se tolerišu i međusobno „trpe”. Ova porodica bila je drugačija: njeni članovi su se međusobno iskreno voleli i poštovali.

Razlog njihovog putovanja u južnu Kaliforniju bilo je venčanje njihove najstarije ćerke. Ona je svog budućeg muža upoznala prilikom pohađanja koledža u Los Andelesu. Ceremonija je zakazana nedaleko od Univerziteta, tokom vikenda. Radujuć se prilici da okupe celu porodicu radi važnog događaja, ponosni roditelji, braća i sestre



buduće mlade spakovali su se i krenuli na put. Planirali su da krenu odmah nakon što se završi fudbalska utakmica u kojoj je učestvovao njihov najmlađi član i da deca tokom putovanja spavaju u zadnjem delu mini-kombija.

Zaustavljajući kola u žutoj traci, supružnici su izmenili mesta, i Elejn je preuzela volan kako bi se njen suprug odmorio. Vozeći kroz saobraćajnu gužvu, najednom je čula jak zvuk, za koji se kasnije ispostavilo da je označio puca-nje upravljačkog mehanizma. Iznenada se mini-kombi našao na putu ogromnom kamionu. Za tren oka, njihov život se zauvek promenio.

Kada se probudila na odeljenju intenzivne nege, lekar joj je saopštio ono što je u srcu već znala: ne samo da je njen suprug preminuo, već i njeno dvoje dece. Potom ju je obavestio o njenom stanju – gadni prelomi obe noge i ozbiljno oštećeni vitalni organi. Očekivalo se da se ostalo dvoje dece, iako s teškim povredama, oporave.

Kako su reči polako poprimale svoje pravo značenje, osetila je grozan, probadajući bol srca koje se slama. Kako može da nastavi dalje? Gde da nađe snage i hrabrosti da pomogne svojoj deci da izleče *sve* svoje rane? Kako nakon ovoga može da se vrati životu? Kako će uopšte moći da ponovo oseti radost u životu nakon takvog gubitka?

Udovoljili su njenom zahtevu da nju i decu smeste u istu bolničku sobu kako bi se međusobno utešili i pružili jedno drugom snagu. Za lekare, medicinske sestre i osoblje, bilo je previše videti očajane fizičke i mentalne ostatke nekada kompletne i energične porodice u istoj



sobi. Svi su bili u kritičnom stanju, tugovali zbog ogromnog gubitka i pokušavali da nađu unutrašnju snagu i volju da se bore za život, da se oporave i pronađu životnu svrhu.

„Kako ćete dalje?” pitali su ih prijatelji i rođaci.

„Naćićemo načina”, govorila bi ona. „Pretražićemo svoja srca i naćićemo načina.”

Jedne noći probudio ju je nekontrolisani plač mlađeg sina koji je jecao: „Želim da vidim svoju sestru, svog brata i svog tatu; gde su oni? Zašto... Zašto se to desilo? Ne mogu... oni nisu... NE!” Dubok i neizmerni bol njenog sina pocepao je njeno već ranjeno srce i doveo do još jedne provale suza. Tajanstveno je to mesto, zemlja suza. Već je toliko plakala da je bila sigurna da su sve tečnosti njenog tela presušile i pitala se odakle nove suze uopšte mogu doći. „Budi jaka, budi jaka”, savetovala je sebe znajući da, poput protagoniste romana „Otisci stopala” Margaret Ros Pauers, ne samo da joj je potrebno da o njoj neko brine, već i da je ponese. U ovom dirljivom proznom delu, Bog obećava da će skinuti teret s leđa i obezbediti neophodan predah u najtežim i najtužnijim trenucima u životu hrišćanina. Zato se okrenula osnovnom korenu sve snage i molila se: „Molim te, Bože, pomози mi. I pomози mi da pomognem svojoj deci; šta da im kažem, šta da uradim?”

Pre nego što je stigla da uteši sina, njegov stariji brat je prozborio: „Znam da ti nedostaju, baš kao i meni, brate”, nežno je rekao, i sam plaćući. „Ali, Brajane, oni nas nisu napustili. Moj brat bliznac je tu, pored mene, mogu da ga vidim i mogu da ga osetim. Oseti našeg brata i sestru i tatu,



Brajane. Svi su oni ovde. Ukoliko ih ne možeš videti, oseti ih u svom srcu.” Stavio je jednu ruku na sopstveno srce, a drugom s ljubavlju posegao kroz mrak ka bratovoj ruci. Ponovio je: „Čak iako ih ne možemo videti, oni su ovde”. Zatim je za trenutak začutao, a potom, potpuno samouvereno, stavio melem na duboke rane svog brata: „Brajane, sada svako od nas ima svog sopstvenog anđela čuvara... do kraja života. Ti imaš svoju sestru bliznakinju, ja mog brata blizanca, a mama tatu. Oni su ovde, s nama, i uvek će biti sa nama. Zauvek.”

Videvši ovu dirljivu scenu između sinova, Elejn je znala da će oni biti dobro. Bilo je to samo pitanje vremena kada će zalečiti rane. Ali, reči njenog sina pružile su utehu i njoj. Zatvorila je oči osećajući svoju porodicu – sve njih – i znala je da ne samo da mora nastaviti dalje, već da to i može i da će skupiti snage da bude predvodnik.

Sledećeg jutra, ova porodica bila je drugačija. Bili su smireniji. Štaviše, njihova snaga i smirenost se udvostručila.

Otpočeo je proces isceljenja.

Dani i nedelje oporavka koji su usledili otegli su se i predstavljali su agoniju za sve njih, ali su imali srca i snage da nastave sa životom.

Imali su srca da nastave sa životom? Da li srce predvodi put? Da li srce predstavlja srž ili plod naše motivacije? Ili je i jedno i drugo, preuzimajući na sebe sve uloge?



Šta je ta nedodirljiva snaga srca, taj emotivni dar koji se tako jako oseća, a teško ga je imenovati? Da li je to sila – naša sila – koja može dati krila naizgled nemogućim zadacima i delima? Da li je to sposobnost koja nam omogućava ne samo da se oporavimo od poraza i tragedija, već da time izgradimo još veće sposobnosti samilosti, hrabrosti, spoznaje, iskrenosti, dobrote, brižnosti i velikodušnosti? Kako srce nakon traumatskog iskustva – poput tragedije raspadanja porodice u susretu sa smrću – dopušta ljudskom duhu da se iz toga promoli sa većim osećajem snage, izdržljivosti, odlučnosti, elastičnosti i entuzijazma – pozitivnim snažnim crtama karaktera – umesto da bude onesposobljeno, poraženo negativnim osećanjima poput besa, ogorčenosti, mržnje i osećaja gubitka?

Bez obzira kako, bitno je da je to moguće. I cvet ponekad ima najsladostrasniji miris nakon što se otkine. Slično tome, kad zatražimo od svog srca hrabrost da nastavimo sa životom, otkrivamo da je ono spremno da nam udovolji. U stvari, kada zatražimo od srca da nam pomogne da izdržimo modrice i udarce života – dok putujemo preko brda, mora i planina – ono ne samo da putuje, već uspeva da očuva i proširi svoju sposobnost generisanja ljubavi i razumevanja. Kakav čudesan rezultat.

Skoro svi smo čuli da je ljubav najmoćnija sila na svetu. Skoro svi smo čuli da je naša zemaljska misija da proširujemo sposobnost da volimo.

Da li je moguće da je naš životni zadatak da otkrijemo, razvijemo i potom očuvamo snagu koju naše srce otkriva



tokom života? Da li je zadatak da svoje srce ispunimo osobinama koje nam omogućavaju da prevaziđemo lične nedaće s kojima se susrećemo u životu i trijumfujemo nad njima? Smatram da je tako. Smatram da je to jedan od osnovnih zadataka koji je naš tokom trajanja života. Jedan od dugova koje moramo platiti zbog privilegije života koji nam je dat jeste da naučimo da volimo – da delamo iz srca, da nam srce bude vodič.

Spoznaja magične i čudesne sposobnosti srca da u nama zapali moćnu baklju – čija je svetlost često van naše mogućnosti shvatanja, a prisustvo u našem životu neporecivo – predstavlja možda najmoćnije oruđe koje je dato da nam pomogne da ispunimo svoju životnu svrhu, da vreme koje posedujemo dobije značenje. To je misija srca.

Svi tragamo za sopstvenom svrhom, doživljavajući život na sebi svojstven nači. Pravi smo heroji. Neka nas srca vode.

Moja poslednja knjiga: „*Vrednosti iz zemlje srca*”, predstavlja kolekciju kratkih priča koje greju srce i istražuju dublju prirodu integriteta, posvećenosti, poštovanja, samodiscipline i karaktera ilustruje vrednosti u akciji. Ona pojašnjava načine na koje vrednosti, principi i drugi zemaljski ideali bivaju asimilirani tokom svakodnevnih kontakata među ljudima – članovima porodice, prijateljima, kolegama, članovima međusobno povezanih zajednica – trenutke u kojima otkrivamo svoje najfinije kvalitete. Knjigu „*Vrednosti iz zemlje srca*” napisala sam jer iskreno verujem da se ljudi uče samilosti i dobroti kada ih opaze, oseće i upoznaju na delu. Vidimo, osećamo i čujemo tako



mного negativnosti, bola i nasilja: mnogo su nam potreb-
niji pozitivni modeli od kritike. Srećom, oni ne manjkaju.
Rezultat dugoročnih investicija u ljude koje volimo i do
kojih nam je stalo obogaćuje život i predstavlja trajnu vred-
nost. Cilj pisanja ove knjige bio je da pružim podsticaj da
zapamtimo ove svakodnevne heroje i njihovu spremnost da
nam pokažu pravi put i da prepoznamo da su bogatstvo i
energičnost njihove prirode često predstavljali inspiraciju da
asimiliramo vredne ciljeve i ideale. Često ove važne lekcije
učimo u suptilnim trenucima, bez fanfara. Ovi trenuci su
isuviše važni da ih srce ne bi osetilo. Dobrota predstavlja
moćna krila na kojima takve lekcije dospevaju do našeg srca.

Izgleda da svi ovi trenuci imaju jednu zajedničku crtu:
predstavljaju produkte srca; kao što nas uči klasična priča
Antoana de Sent Egziperija „*Mali princ*“: „Samo srcem
osoba može ispravno sagledati stvari“.

Budući da već 25 godina radim s ljudima koji doživ-
ljavaju takve trenutke, poznata mi je važnost udela srca u
razjašnjavanju naše vizije, ukoliko želimo da našu misiju
vode prave istine i ukoliko želimo da potrebna promena
bude trajna. U knjizi „*Darovi srca*“, moj cilj je da ukažem i
pravim iskustvima proslavim sposobnost ljudskog srca da
otkrije, transformiše i proširi sopstveni kapacitet da voli,
kako bi ispravno sagledalo stvari. Takav „vid“ dobijamo u
onim odlučujućim trenucima u kojima je srce otvoreno.

Mnoga naša životna iskustva, bez obzira da li do njih
dolazimo kroz svakodnevne izazove ili radost, bol i
izlečenje, aktiviraju mogućnost da srce dosegne dublje



razumevanje, poštovanje i prihvatanje života – i drugih ljudi. Rezultat toga može biti tolerancija, strpljenje, dostojanstvo, dobrota i opraštanje.

Priče iz ove knjige naglašavaju proces i dejstvo tog centra emocije, te duše ili srži bića, tog duha života u svima nama, dok uči, razvija se i reaguje. U ovoj knjizi takva iskustva nazvala sam „odlučujućim trenucima”.

Primeri srca na delu nalaze se svuda oko nas. Kao što pokazuju ove različite priče, ti trenuci se odigravaju svuda, na svim životnim planovima, ljudima svih doba i svih zanimanja. Bez obzira da li naučena lekcija dolaza na krilima deteta, saradnika, anđela ili kućnog ljubimca, njena snaga je dirljiva i mnogo govori. Njena spoznaja dubljeg načina funkcionisanja naših emocija pomaže nam da spoznamo lične istine. Trebalo bi da ih koristimo za proširenje sopstvenog kapaciteta pružanja ljubavi – sebi samima i našim saputnicima – u domu, na radnom mestu i u svetu uopšte.

Posmatranje drugih osoba, koje se suočavaju sa posebnim izazovima i na njih reaguju iz srca i ostaju mu verni, može nas navesti da se zagledamo u sebe. To može biti neophodna transfuzija, okidač inspiracije i ličnog razvoja i dovesti nas do otkrića istine. Grčka reč za istinu, *althea*, ne označava suprotnost za laž; ona pre označava suprotnost za zaborav: istina je ono što se pamti. Nadam se da će priče iz ove knjige usaditi dublje istine u naša srca tako što će nam pomoći da se prisetimo na koji način svaka pojedinačna istina postoji za svakog od nas. I na kraju, želim da svi pružimo i primimo darove srca.



Ostareli par



*Naša prava sudbina se ne sprovodi nad
nama, već nam je data.*

– Frenklin Delano Ruzvelt

Bili su nerazdvojni. Kada bi on pošao u jutarnju šetnju, ona bi ga pratila, zvocajući mu zbog ovoga ili onoga i ogorčeno nešto zamerajući celim putem. Ona je više volela da ide u šetnju uveče. On bi, pozvan ili ne, krenuo sa njom



gundajući, gnjaveći je zbog ovoga ili onoga, zvocajući i ogorčeno nešto zamerajući celim putem.

Svi su ih zvali „ostarelim parom”. Prepirali su se oko ovoga ili onoga. Nisu se raspravljali samo oko pogodnijeg vremena za šetnju. Sve i svašta bilo je razlog za svađu. Ukoliko ne bi napadali jedno drugo, naljutili bi se na nekog trećeg, da bi se kasnije međusobno prepirali i oko toga.

Nažalost, živeli su u stanu koji se nalazi iznad mog. Budući da je topla i sunčana klima dozvoljavala da vrata i prozori najveći deo vremena budu otvoreni – često sam bila svedok onoga što sam nazivala međusobnim „svojevoljnim emotivnim zlostavljanjem”.

I sama sam bivala uvučena u svađu s njima nekoliko puta. Ukoliko bi večernji povetarac podigao dim sa roštilja uvis sa moje terase, optuživali su me da namerno pokušavam da ih isteram iz njihovog doma. Ukoliko bi povetarac poneo dim u bilo kom drugom pravcu, smetali su im bogati mirisi začinjenog pečenog pileta ili šnicle za koje su govorili da „nasrcu” na njihov mali raj na nebu. Kad god bi njihovi nosevi detektovali ove „odvratne mirise” – a to se dešavalo, otprilike, svaki put kada bih koristila roštilj – ovo dvoje staraca tvrdilo je da „mirisi” smetaju njihovim sinusima i otežavaju im disanje.

Nevina deca nisu bila ništa manje opasna od mesa sa roštilja. Kada je ćerka mog komšije plivala u dečijem bazenu i veselo se smejala dok je prskala svog druga, ocenili su ove zvuke prepune života kao „ometajuću buku”.

