



ŽIVI ŽIVOT U SVOM RITMU

PRIČE KOJE NEGUJU LEPO MI JE KAO STIL ŽIVOTA

Milica Stojiljković

sadržaj

01

AKO SE PITAŠ KUDA TVOJ ŽIVOT VODI

02

ŠTA UOPŠTE ZNAČI RAD NA SEBI

03

NAŠI PROBLEMI SU VELIKI ONOLIKO KOLIKO IH
SAMI UČINIMO VELIKIM

04

LJUBAV SE NE PODRAZUMEVA

05

FANTAZIJA I REALNOST

06

ZRNCE RADOSTI U TUŽNIM OČIMA

07

RODITELJI, IGRAJTE SE SA SVOJOM DECOM

08

O ZAHVALNOSTI, ONOJ PRAVOJ

Svaki naš dan nosi mnogo
različitih događaja.
Neki od njih nam prijaju,
donose radost i zadovoljstvo.
Drugi nas, pak, remete,
ometaju i čine nezadovoljnim i neraspoloženim.
Ponekad nam se čini, da
život jeste, a ponekad, da nije na našoj strani.

Ali prava istina je - da
je život uvek na našoj strani
i da svaki događaj ima svoju ulogu – ili da
nam ulepša dan
ili da nas nečemu nauči,
što je, takođe dobro.

Zato, nije suština u
događajima, u drugim ljudima,
suština je u našem pogledu
na njih.
Kada jednom pronademo i
neprekidno negujemo izvor lepote i snage u sebi,
onda svakodnevno kreiramo
lep život i dobre odnose.
Time dajemo i svoj
doprinos da svet bude bolje mesto.

Jer, svi smo deo iste
celine i sve što nam se dešava polazi od nas samih.
Zato je LEPO MI JE – stil
života koji nam svima pripada.

AKO SE PITAŠ KUDA TVOJ ŽIVOT VODI

Ova priča ima tri aktera. Prvi sam ja, lično. Drugi je Dušica. A treći bi bilo dobro da nisi ti. Ako jesi, i to je sasvim u redu. Onda si bar na pravom mestu, jer Dušica i ja nismo imale putokaz koji ćeš ti ovom pričom dobiti.

Bio je avgust. Vreme godišnjih odmora. Obično i sam posao, tada, odluči da malo odmori. Međutim, te godine, sve je izgledalo kao da idem u pogrešnom smeru. O ovome razmišljam dok ležim u Urgentnom centru i primam infuziju. Polovina lica mi je razbijena od udarca kojim me je nokautirala slavina u kupatilu. Da, pala sam u sred svoje kuće. Ničim izazvana. Ne znam šta se dogodilo. Samo znam da izgledam kao da me je neko baš dobro i surovo istukao. Pominjem sezonu godišnjih odmora, jer bi bilo logično da sam, nakon mora s kog sam se vratila pre 15 dana i koje obično velikodušno izbriše sav moj umor i dalje imala osećaj da sam iscedena krpa. Jednostavno, nisam se odmorila. Moj umor se toliko nataložio da mi više nije prijala ni petnaestominutna šetnja do kuće, posle posla. Umornom telu svaki korak je bio smetnja. Na moj omijeni najslađi mali zagrljaj i poljubac kad uđem u kuću, uzvraćala sam bezvoljno. Zaboravila sam kako sam super mama bila! Ali direktorka u meni je „štrikala“ svaki dan, bez prestanka. Od prvog do 31. klijenta. Sve po pravilu i u skladu sa biznis planom. Imalo je trenutaka kad mi je glava pucala, ali ko za to mari. Ko još odmara, kad ima posla? Ko još kuka, kad posao pršti

od uspeha?! I sigurna plata. I sigurna pozicija. I stambeni kredit. A onda, robot koga sam izgradila u sebi, konačno je eksplodirao. Bam! U sred sopstvene kuće, život me je brutalno ošamario i upozorio da farsu koju stvaram od sopstvenog života, moram prekinuti!

Da se vratim na Urgentni centar. Nakon ušivanja obrve, obloga, infuzije i svih mogućih pregleda, pustili su me kući. Ukratko, 3 nedelje ležanja, bila je njihova prognoza. Realnost je pokazala, nedelju dana nepomičnog ležanja, što je značilo da me je bolelo celo telo, nisam mogla da govorim, jer bi mi na izgledu leve strane gornje usne pozavidela svaka ljubiteljka plastične hirurgije. Virila sam na desno oko, jer mi je levo bilo zatvoreno, neko vreme. Masnica ispod bila je ponosna na promene boja koje je uvodila svaki dan. Sitne koščice ispod leve jagodice ćutale su pokunjeno sa mnom. Njihovoj krhosti trebalo je vremena da se vrate u normalu. Dakle, sedam punih dana nisam govorila, samo sam ležala i povremeno svet posmatrala desnim okom. Narednih par nedelja, povrede su mi dozvolile nešto veću dinamiku, ali sve je bilo surovo sporo i izgledalo nepopravljivo.

A šta se zapravo desilo?! Tada je direktorka u meni umrla. A ja sam ponovo počela da se rađam. Odjednom klijenti, biznis planovi, timski duh, zarada...više nisu bili važni. Zapravo, bili su važni nekom drugom, ali meni su postali vidljivi, taman onoliko koliko sam mogla da im se posvetim, gledajući onim jednim čitavim okom i učeći da govorim, sa polovinom „natečene“ gornje usne. Svaki pošten biznismen bi se zgrozio prizorom koji sam predstavljala, te sam odlučila da je vreme da se ja u ta posla više ne mešam.

Dakle, trebalo je nešto baš jako da me „udari“, da bih se zaustavila (u ovom slučaju bukvalno) i shvatila da smer u kome idem nije moj. Sasvim sjajno je izgledao potpis „direktor“ na

mojoj vizit-karti i plata je bila siguran oslonac stambenom kreditu i sve te pohvale za uspešne rezultate i svi ti prihodi od kojih firma narasta. Ali trebalo je jedno oko, tako grubo, da mi se zatvori, da bih sasvim jasno uočila kako je šef u tuđoj firmi ubio u meni šefa nad sopstvenim životom. Nema bića koga više volim od svog deteta, a postala sam dosadadna, nervozna mama koja istinski nije imala snage za igru u preostalih tri sata koliko mi je radni dan ostavljao da provedem sa njim. Od zaljubljenika u kaficu sa drugaricama i šetnju po beogradskim kejevima, postala sam dosada koju je retko ko više i zvao na kafu. Bledunjava maska koju je umor doneo na moje lice učinila je bledunjavim ceo moj svet. Trebalo je da mi život pokloni masnicu, da mi moje lice dobilo boju! Trebalo je da MORAM da ležim 3 nedelje da bih našla vreme da čitam knjige. A čitanje je za mene kao disanje!

Na svu sreću, udarac koji mi je život poklonio te čudne večeri u avgustu, jedan je od mojih najdražih poklona. Ne, nije povreda ostavila posledice na moj mozak, ako ste to upravo pomislili. Iskreno sam zahvalna na svemu što se dogodilo, zato što sam tada, sasvim precizno, shvatila da moj život čine drugi prioriteti i da je cela situacija predstavljala neizmerno važan znak za mene. Da sam ga ignorisala, imali biste potpuno pravo da pomislite kako sam ipak „sišla s uma“.

Posle bezbroj postavljenih pitanja: „kuda moj život vodi“, dobila sam odgovor. Volim neobične stvari, pa je, izgleda i ova nadrealna scena pokušala da bude duhovita i da mi da odgovor. Oporavila sam se, odradila još par meseci, negujući i dalje odgovornost prema dobro obavljenom poslu i onda, otvorila čitav jedan novi svet. U njemu sada radim ono što volim, u ritmu koji mi odgovara. I rve se sa strahovima, preskačem prepreke, padam, dižem se...Ali čitam knjige, družim se sa divnim ljudima, imam vremena za dete koliko god hoću, putujem, šetam, plaćem kad mi se plaće i smejem se kad mi se smeje.

Zahvaljujući tome srela sam i Dušicu. Lepa žena od oko 45 godina, iz koje, na prvi pogled, izbija unutrašnja snaga i stabilnost. Ali kad sam bolje zagledala u njene oči, videla sam nešto sasvim drugo. Izgubljenost. Bezvoljnost. Lice joj je bilo bledunjavo, slično kao moje, pre one živopisne modrice. Ramena spuštена. Kao da nije imala mrvicu snage u sebi. Došla je kod mene, ne bih li joj pomogla savetom i popravila stanje Bahovim kapima. Govorila je polako i dugo. Nisam je prekinula skoro 15 minuta. Ali, suština njene priče, stala je u nekoliko kratkih rečenica: „Ja više ne znam ko sam. Nemam partnera. Sa prijateljima se viđam retko. Ne sećam se kada sam nešto lepo uradila za sebe. Imam samo posao i platu. To je bar sigurno. Zapravo, za mene više ništa nije sigurno...”

Zahvaljujući ličnom iskustvu i znanju o radu na sebi kojima sam prvo pomogla sebi, pa krenula da to činim i za druge, dala sam Dušici nekoliko predloga i ispričala joj ovu priču. Podstakla ju je da bude uporna i nakon nekoliko meseci, rekla mi je da se oseća bolje i da uživa u tehnikama rada na sebi koje je naučila.

Ako si ti treći akter ove priče, verujem da će ti priča poslužiti kao putokaz. Ako nisi, možda poznaješ nekog ko se prečesto pita: kuda njegov život vodi. Gotovo svima se to dešava u nekom periodu života. Ja sam mislila da, nakon 10 godina, svakognevno rada na sebi, stvarno znam kuda idem, pa mi je život objasnio da stvari stoje drugačije. Dušica nije znala gotovo ništa o veštinama rada na sebi, pa je ipak uspela da pronađe put. Dakle, može. Samo je zaista važno da putokaz potražimo i pronađemo u sebi.

Moja želja je da se više niko ne saplete i padne kao ja. Ali i ako se dogodi, važno je da nam se pruža mogućnost da se podignemo. Zar nije predivno, što je ta mogućnost u nama samima!

ŠTA UOPŠTE ZNAČI – RAD NA SEBI

Naziv mog programa i Centra koji vodim – LEPO MI JE – iskočio je direktno iz moje duše. Stvarno nisam upotrebila bogato marketing znanje da do njega dođem. Jednostavno, izrastao je spontano iz moje velike ljubavi prema radu sa ljudima. I volim kad izmam osmeh drugih, kad ga izgovorim. Svima nam je lepše kad se smejemo.

Ali nailazim i na drugačije scene. Veoma često se sretnem sa ironičnim komentaram „e, blago tebi“, kad izgovorim naziv Centra ili Programa. Ja se tada nasmešim, a iza komentara me sačeka smušen izraz lica osobe koja sa kojom razgovaram. Slična situacije se desila i jutros. Žena na šalteru u banci je bila gotovo ljuta, što mi se Centar za lični razvoj zove kako se zove i procedila između zuba „blago tebi kad ti je lepo“.

Svratim dalje da kupim mandarine u maloj komšijskoj prodavnici koja je počela nedavno da radi i kažem: „baš su vam lepe mandarine“, misleći stvarno da su lepe, jer sam ih tu kupila pre neki dan, a i da mu malo dam vetar u leđa, jer posao tek kreće. A čovek mi, baš namrgođeno, kaže: „bar da je nešto lepo“. Nisam mogla da izdržim, pa mu odgovorih: „lepo nam je onoliko koliko sebi dozvolimo“. Nije odgovorio, ali njegov pogled mi je govorio da je bolje da izađem napolje što pre.

I treća scena, nešto sasvim drugije. Opet svratim u prodavnicu u kraju i tamo sretnem jednom starog doktora pedijatra. Legenda svog posla. Ima oko 80 godina, a izgleda kao mladić u punoj snazi. Ni malo ne preterujem kad to kažem. I čujem ga kako razgovara sa jednom komšinicom i svojim unukom i kaže: „U školi možda nećete naići na sve što vam se dopada, ali napravite da vam se dopada. Uživajte u tome. Ja sam želeo da naučim fancuski, jer mi je rodbina omogućila da par puta godišnje boravim u Parizu, dok sam bio mlađi. Bilo me je prosto sramota da ne znam jezik. U isto vreme, morao sam da radim neke dosadne vežbe za kičmu. I onda sam odlučio, dok radim vežbe, slušaću i učiti francuski. I tako sam spojio dve stvari, koje sam vremenom počeo da obožavam. Zašto? Zato što su mi vežbe ispravile leđa, a učenje pomoglo da znam novi strani jezik. Zar to nije divno!“

Da rezimiramo: imamo ljutu ženu koja radi na šalteru u banci i u očima nosi agresiju, sredovečnog čoveka koji je otvorio SVOJU radnju i mušterije koje radosno u nju ulaze dočekuje najmračnije što može i jednog osamdesetogodišnjaka koji ima više energije od prosečnog tinejdžera, koji je dosegao vrhunac genijalnosti kao lekar, koji trči i igra tenis svaki drugi dan.

Sasvim je u radu, ako je dama u banci imala samo loš dan, ali nije, viđam je često. Sasvim je u redu i ako je vlasnik male voćarske radnje razočaran zbog bilo čega. Ali moj stari komšija doktor je dokaz da možeš sve, ako hoćeš. Da možeš svaku muku pretvoriti u igru. Možeš prevariti svaku prepreku i od nje napraviti uspeh. Neće ti pasti s neba. Neće ti drugi pokloniti. Moraš sam.

Ustajem sat vremena ranije i ležem sat vremena kasnije da bih mogla da meditiram i radim svoj redovni TaiChi trening, jer je meni to važno, daje mi energiju kojom i je potrebna da budem i mama i domaćica i drugarica i partner i da priprelim i održim predavanja i konsultacije i da se smejem i da plačem, pa da se

ponovo nasmejem. Važno mi je da sačuvam sebi sebe! Baš niko mi nije pomogao za velike stvari u životu, niko mi nije dao posao preko veze, nisam dobila na Lotou, prolazila sam kroz strahove i teskobe koje su samo meni poznate. Ali prolazimo to svi i opet ćemo, zar ne?! Uopšte nije stvar u tome da li je neko superioran i bolji, a drugi nije. Život je dinamičan i svaki dan ima svoje mesto u njemu. Na nama je kako na to gledamo. Ako samo gledamo, nećemo daleko dogurati. Ako gledamo sa razumevanjem, možda i hoćemo. Ako se potrudimo da se pomerimo sa trenutke tačke, taj put je vredan svakog koraka. Često pomeranje za trenutne tačke znači i da se prvo primirimo, ali takvo umirivanje je svojevrsna aktivnost, jer je svesno preduzimamo kako bismo prikupili energiju za dalje i promislili o sledećim koracima.

Eto, zato je važno raditi na sebi! Sve drugo je samo ušuškavanje u izgovore.

NAŠI PROBLEMI SU VELIKI ONOLIKO KOLIKO IH SAMI UČINIMO VELIKIM

Scena prva.

Uživam u tišini jutra na Zlatiboru. Temperatura podešena na savršenstvo, u sred jula. Ptice svoju pesmu pevaju, ja svoju kafu pijem. Jednostavno, mesto i vreme, kao stvoreno za opuštanje. Mislim se, odmor je i valja biti zahvalan što ga možeš provesti u ovakvom miru i zelenilu.

No, tišina nije dugo potrajala. Čujem glasove iz komšiluka. Mešavinu ljutnje, dubokih udaha, deluje sve dosta dramatično. Kad su mi već prekinuli tišinu, radoznalost me je navela da oslušnem šta je u sred ovakve idile krenulo po zlu.

I onda shvatim. Između našeg i nekoliko susednih dvorišta i jednospratnih kuća, nikla je nedavno zgrada od pet spratova. Realno, spodoba koja kvari lepotu celog kraja. Bahatost na delu, takođe. Ali, da li je izgrađena, jeste. Da li je njen graditelj imao prava da je posadi baš tu, jeste. Dakle, može da nam se dopadne ili ne, ali čovek je uradio šta je nameravo, imajući pravnu osnovu za svoje delo.

I šta se sada događa?! Moje drage komšije iz susednih kuća su odlučile da pokvare sebi jutarnju idilu, do te mere, da su razvili

čitavu polemiku o novom ozloglašenom komšiji koji je jednom zaklonio pogled, drugi je zbog njega morao poseći drveće, treći je usplahiren jer više nema prilaz svojoj kući, kakav bi želeo. Zaista, sve što govore može biti istina, ali samo iz njihove perspektive. Došao je neko, napravio zgradu kakva mu je potrebna i narušio rutinu na kakvu je komšiluk navikao.

Ne može se tu ništa dalje, drage moje komšije, pomislih. On jeste uradio nešto što se vama ne dopada, ali je imao sva prava na to i vi tu više ništa ne možete. Osim da sebe hranite nervozom svaki dan i to tako, kao jutros, skupa. Lupkajte jedan drugog po ramenu, dok u krug ne podelite svoju muku. To što se vi nervirate, za novajliju u kraju nema nikakvog značaja. Ima samo za vas i za vaše zdravlje.

Scena druga

Iz dobre namere, odlučih da prekinem svoje dobro jutro i ušetah u sred komšijskih varnica.

„Dobro jutro, komšije. Nije valjda da ćete svoj odmor pokvariti zbog jedne ružne zgrade?!”

Naravno, pogledali su me izbezumljeno. A onda sasuli na mene paljbu od bezbroj „ali....ovo“, „ali...ono“.

„Sasvim vas dobro razumem i imate pravo da se ljutite, ali setite se da ovog našeg komšiju ne zanima vaša ljutnja. Da ga je zanimala, ne bi sagradio ovoliku zgradu. Ima toliko razloga da se radujete, umesto što se nervirate. Recimo, pogledajte kako su naše kuće lepe, prave planinske. Pogledajte kako ova zelena trava odmara oči. Od svoje vike sada ne čujete, ali čuju se i ptičice. Odmor za dušu.“

Sad su me stvarno gledali kao da sam direktno sa Marsa pala. Zajapureni, otvorenih usta, samo su oštro odmahnuli rukom i svako je otišao u svoje dvorište.

Namera mi je bila da ih malo umirim. Nisam sigurna da sam uspela, ali svakako sam vratila tišinu na svoje mesto.

Scena treća

Isti taj dan je već odmicao i otišla sam u zlatiborsku šetnju. Na jednom pešačkom prelazu dve krupnije gospođe hodaju malo sporije, ne obazirući se na nas ostale koji idemo iza. Za trenutak mi je proletela misao da su slične kao onaj moj „bahati komšija“ što je izgradio zgradu gde se njemu htelo. Kao da mi je tu misao pročitala mlada dama koja je frktala i okretala očima, besno pokušavajući da zaobiđe dve krupnije dame. Imajući u glavi jutarnju scenu iz komšiluka, pomislila sam da će ova biti slična, pa sam namerno usporila, da vidim šta će se desiti. Gospođe koje su sporo hodale neobazirući se na ostale prolaznike zaista su bile kao nepomeriva petospratnica koja kvari planinsku idilu, a pomenuta mlada dama je siktala dosta slično mojim komšijama od jutros. I od svih njih zajedno, u tih nekoliko sekundi i par scena, ništa korisno nije izašlo.

A onda je došla genijalnost na delo. Iza mojih i leđa svih nas, stvorio se gospodin srednjih godina, koji se umilnim džentlmenkim glasićem obratio damama koje su hodale sporo.

„Oprostite. Da li biste svoju prelepu ruku mogli samo malo da pomerite u stranu? Ja bih samo da prođem, jer žurim, a vi nastavite da uživate u vremenu koje, na svoju radost, imate“.

U istoj sekundi, na licima svih nas razvukao se osmeh zlata vredan. Usporenoj dami, sigurno niko odavno nije dao kompliment koji se ticao lepote, tako da je sada bila presrećna. Namrštena gospođica se ozarila što konačno može da prođe i,

nadam se, shvatila, da je njena ljutnja bila suvišna. Ja sam uživala, stvarno, gotovo slično kao u jutarnjoj idili. A gospodin je ostvario svoj jednostavni cilj, prošao je, ubrzao korak i usput nekome ulepšao dan.

Nije bilo teško, zar ne?! Lako je! Sasvim je lako da vidimo lepo umesto ružnog. Sasvim je lako da odlučimo da nećemo ispravljati nešto što se ispraviti ne da. Ne zato što smo slabići i zato što odustajemo, već zato što na razne teme nemamo uticaj. Upuštajući se u borbu sa nečim na šta nemamo uticaj je, ništa drugo, nego dozvoljavanje bilo čemu i bilo kome da utiče na nas.

Pa, zar ne bi bilo tužno, da zgradi koja stoji nepomično i ćuti u kraju mog lepog dvorišta dam prednost nad zelenom travicom, ptičicama, mirom i tišinom koju imam!? Pa, zar da svoj odmor potrošim na nerviranje, zbog tuđe bahatosti?! Zar uživanje u šetnji da mi upropasti par žena koje jednostavno ne mogu da hodaju u mom ritmu?!

Svi naši problemi su onoliko veliki koliko ih mi sami učinimo takvima.

I još jednu stvar nikada ne bi trebalo da zaboravimo. Za rešavanje problema nam je potrebna energija. Ako je trošimo na dodatno nerviranje, sami sebi uzimamo „gorivo“ koje nam je potrebno da prepreku prevaziđemo. Zato je korisno usmeriti pažnju na rešenje, a ne na sam problem.

LJUBAV SE NE PODRAZUMEVA

Ona je niska, noge joj se krive u kolenima. Ima mnogo kilograma. Teško hoda.

I on ide sporo, ali strpljivo prati onemoćalost svojih dugih tankih nogu.

Zajedno imaju oko 150 godina. Šetaju pored reke i drže se za ruke. Razgovaraju tiho i smeškaju se, dok se spuštaju na zidić do same vode. Da sednu, odmore i gledaju zalazak sunca, zajedno.

Ona je visoka, dugonoga lepotica. Prelepa.

On je šarmantan, moderan, obučen po poslednjoj modi.

Ne moraju da znaju da broje do 35, da bi izbrojali svoje godine.

Sede pored reke. U kafiću. Ćute. Okupirani gledanjem u male skupe ekrančiće ispred sebe. Ne vide jedno drugo, ni zalazak sunca.

Mada...slika njih dvoje se preslikava, poput odsjaja i na druge, susedne stolove.

I jedni i drugi su sa iste strane reke. Negde u Beogradu. Avgusta, 2019.

I jedni i drugi hoće ljubav. Oblikuju je različitim bojama. Ovi prvi neizbrisivim, a ovi drugi, lako zamenjivim.

FANTAZIJA I REALNOST

U mom komšiluku, u isto vreme otvorene su dve prodavnice u kojima se moglo kupiti voće, povrće i sveže ceđeni sokovi. Bile su kao mini-pijace, koje će obradovati svaku modernu domaćicu, jer ne mora svakodnevno odlaziti do lokalne pijace ili marketa.

Bilo je neobično što su obe radnje otvorene u isto vreme, jer su bile direktna konkurencija, 20 metara udaljene jedna od druge. Radoznalo sam htela da proverim kakava je koja, ne bih li odredila kojoj ću u buduće pokloniti poverenje.

Prva prodavnica je bila lepo uređena. Na prvi pogled bi se reklo da ju je pedantna ženska ruka sređivala. Lepo složene gajbice, na drvenim policama, staklene i drvene posude, tople boje. Izlog sav u šarenom voću i povrću. Zaista lepo i toplo. Ali unutra, uglavnom namrštena starija gostpođa. Odmah sam znala da je majka ili svekrva vlasnice. Jedna od onih žena što bi da budu prisutne u životima svoje dece, iako već odavno nisu deca. Ali u isto vreme nervozna jer „nema ona više te godine da radi“. A vlasnica se ponadala da je dovoljno da lepo sredi radnju i da mami sve prepusti. I tako, privučte te izlog, uđeš u radnju, hoćeš da kupiš zdravu hranu, a dočeka te gospođa, koja se baš trudi da bude ljubazna ali joj svaki čas izmakne „uh, što je danas grozno vreme“, „stvarno nemam sitno da vam vratim, ne znam šta je sa ovim

ljudima danas“, „nemamo krompir, nisu mi deca donela“ i tako...iz dana u dan.

I onda, posle kratkog vremena, prestane da te privlači šareni izlog.

Druga prodavnica je bila manja. Izgledala je kao da je nemarni tinejdžer uložio sav trud da je sredi najbolje što je umeo. Ali, daleko od utegnutosti konkurentske prodavnice. Izlog je bio musavi prozor koji je prosto gledao unutra. Vlasnik je svuda stavio puno detalja, sitnica sa putovanja, fotografije sa ženom i ćerkom sa mora. Sve je izgledalo spetljano, pomalo nabacano, ali beskrajno veselo i životno. I vlasnik je bio jedini zaposleni. Kad čovek pogleda njega i njegovu radnju vidi jednojajčane blizance, odmah, na prvi pogled. Šta god da sam kupila, ako sam bila sa sinom, da mu voćku na poklon ili mu pošalje, ako nismo zajedno. Pevuši dok radi, smeška se i maše komšijama kroz onaj musavi prozor. Svi smo ga zavoleli i njega i njegovu radnju.

I šta se desilo nakon nekoliko meseci?! Nervoznu gospođu iz prve radnje više nismo sretali, a šareni izlog se pretvorio u prozor iza koga je zjapila paraznina. Zatvorili su radnju. Kažu – nije im išlo, „u današnje vreme, u Srbiji, poštene ljudi ne mogu da uspeju, kriv je sistem“. Ali veseli komšija iz druge prodavnice ih je, nekako demantovao. Njemu je išlo odlično! Ni musavi izlog, ni zbrkane police nam nisu smetale da uđemo i, uz osmeh i dobro raspoloženje, svaki dan kupimo sveže voće i povrće i besplatno razmenimo dobre vesti i male radosti.

Prva radnja se zvala „Voće i povrće“, a druga „Fantazija“.

U prvoj su sigurno verovali kako je bolje biti „realista“, umesto fantazirati.

Ali je Fantazija ostala mesto radosti u kome se, takođe, prodaje voće i povrće, jer je, umesto sterilnih pravila vlasnik u nju uneo radost života i što je najvažnije sebe i svoje prisustvo.

Zato, slobodno „fantazirajte“, život nam daje beskonačne mogućnosti kada sebi dozvolimo da iz iskoristimo. Sterilna pravila mogu zazvučati kao privremeno dobro rešenje, ali nikada nam neće dati trajnu radost. Onu koju smo sebi privukli, otvorivši i um i srce, jer iz njih izvire život.

Za pravila se vezujemo, jer poverujemo da je tako, možda, lakše. Jedina istina je da pravila sami sebi postavljamo i da svačiji život kuca tačno onako kako svako od nas sam sebi dozvoli.

ZRNCE RADOSTI U TUŽNIM OČIMA

Moj sin i ja imamo, povremeno, jedan ritual. Prošetamo do centra grada i tamo se počastimo porcijom mini-burdera. To je sitni, ne baš najzdraviji, bezobrazluk, koji mirne duše sebi ponekad poklonimo. Burgeri su mali, kao što im i naziv kaže, ali je jedna porcija dovoljna za nas dvoje. Taman da zadovoljimo slast i obnovimo voljeni ritual.

Nedavno smo krenuli u šetnju ka centru grada i setili se da bi mogli da se počastimo. Bilo smo gladni, pa smo prvi put poručili dve porcije. Iako su „na zalogaj“, znala sam da će šest mini-burdera biti previše za nas dvoje. I ispostavilo se da sam u pravu.

Tako sam zamolila konobara da nam zapakuje ostatak i odlučila da nekog obradujem ručkom. Podelila sam sa sinom svoju nameru i obradovao se. Predložio je da pronađemo nekoga od beskućnika u Knez Mihailovoj ulici, koje smo često čašćavali sitnim novcem i da im damo ručak. I krenuli smo da svoju nameru sprovedemo u delo.

Dan je bio topao, vreo, nije bilo mnogo ljudi na ulici. U jednom ćošku, koji je čuvao malo hladovine, sedela je starica. Imala je sigurno više od 75 godina. Slabog tela i povređene noge sedela je

iza zgužvanog kartona, na kome je pisalo: „Gladna sam. Molim Vas pomozite mi.“

Prišli smo joj, čučnula sam do nje, pomazila je po ramenu i tiho je pitala: „Da li mogu da vam dam ručak koji smo vam doneli moj sin i ja?“ Na tren je zenemela od iznenađenja, a onda me je, obema rukama uhvatila za ruku i pitala „A jeste li vi jeli?“

„Jesmo, mi smo jeli. A ovo je za vas. Mnogo je ukusno i toplo je. Pojedite, ako možete, odmah.“

„Hvala vam deco. Mnogo vam hvala“ – odgovorila je drhtavim glasom i otvorila kutiju u kojoj je bila hrana.

Nikada nisam videla više radosti u očima koje su navikle na tugu. Nikada nisam osetila više topline na dlanovima koje je ogrubela nemaština.

Moj desetogodišnjak i ja smo šetali polako, nazad, do kuće. Ćutali smo. I upijali trenutak koji nam se upravo dogodio.

RODITELJI, IGRAJTE SE SA SVOJOM DECOM

Odavno mi pažnju golica ova tema, ali su me jedna užurbana mama i jedan tata neuverljivo-blaženog osmeha na licu, podsetili na nju. Ona mi je između dva „nemam vremena za kafu“ i „nemam ti ja više svoje vreme“ brzo saopštila da ima puno obaveza oko dece, vodi ih na balet, dva sporta i tri edukativne radionice. „Iz termina u termin, 6 puta nedeljno“, rekla je tonom, koji ne mogu drugačije opisati, osim kao žaljenje. Posle nje, odmah naletim na mušku verziju iste priče. Sad jedan tata, kaže, ima 10 minuta između povratka s posla i svih školica i sportova na koje vodi decu tokom nedelje. I on 6 puta, skoro svaki dan. Divi se svojoj deci koja su zainteresovana čak za tri sporta i kaže posvećen je negovanju njihovog socijalnog života, uživa, jer se „na dečjim rođendanima, po igraonicama, odmara od posla, a na poslu od rođendana“.

Zvuči kao standardna priča prosečne savremene srpske porodice. I reklo bi se, šta ima loše u tome što deca od malih nogu idu na razne edukacije i bave se sportom. Takođe, baš divno izgledaju roditelji koji su im tako posvećeni.

Ali, ako malo pogledamo stvari iz druge perspektive, možemo videti i jednu mamu koja nema mrvicu vremena za sebe, koja je na ovaj način „posvećena“ deci, ali se u isto vreme iskreno žali na nedostatak vremena za bilo šta drugo. Tatu koji, čak, žuri i iz toaleta, ne bi li postigao sve što obaveze nalažu. Decu, razapetu među različitim aktivnostima i porodice koje se druže u kolima, negde u međuvremenu. Koje pažnju i vreme gužvaju u čekanjima u sred saobraćajne gužve, radnog vremenu od devet do ko-znakad, nerazgovaranju, bespredmetnoj potrošnji života. I što je najtužnije, tu od silne buke oko sebe, niko nema dodir sa sobom.

Dragi roditelji, a da probate drugačije! Da pokušate sumanutu jurnjavu između školica sporta i jezika, sate provedene u automobilu, čekanja dece dok potroše energiju u igraonicama, da zamenite prostim i jednostavnim igranjem sa svojom decom. Sedite na pod, na sred sobe, uzmite kocke, papir i olovku... Ili nemojte ništa da uzmete, samo razgovarajte, samo ćutite, uradite bilo šta što će biti prava veza između vas i svog deteta, što će doneti mir i toplinu i vama i detetu.

Nemojte tražiti alibi u težnji za obrazovanjem sopstvenog deteta. Naučite ga ono što ga ni jedna škola neće naučiti, dok ne bude kasno. Naučite ga da se igra, da posveti pažnju običnim stvarima, da razgovara, misli svojom glavom. Podstaknite ga na razmišljanje, pokažite mu da je sada i ovde mnogo lepše od „sutra ćemo“ i „ne mogu da stignem danas“. Mnogo je lepše i ležanje na podu i češkanje, topao razgovor od „za vikend ćemo u igraonicu, jer radnima danima nemamo vremena zbog karatea, plivanja i baleta“. Vi znate da to nije lako, ali potrudite se. U pitanju je samo vaše dete, u pitanju je kvalitet koji mu ni jedna škola ne može dati, osim vas samih.

Igrajte se sa svojom decom i dopustite sebi da se igrate! I pitajte sebe zašto to više ne radite. Gde ste, u međuvremenu, zaboravili

lepotu igranja, ko vas je ubedio da je igra banalnost, zaludnost? Kome ste poverovali da igra nije stvaranje, kreativnost, sloboda ili samo slobodno vreme koje nam svima pripada?

Zapitajte se kakav ste uzor svom detetu! Mama koja ne stiže ni da sredi sebe je ogledalo svojoj devojčici ili svom dečaku, kakvi bi sutra trebalo da budu ili kakvu bi partnerku sutra mogli da odaberu. Tata koji radi „od jutra do sutra, da zaradi platu“ i tata koji nikada nije kod kuće, ogledalo je, takođe, svojoj devojčici i svom dečaku. Kakvo ogledalo hoćemo da budemo svojoj deci?! Da im pokažemo da smo im na raspolaganju baš za sve i da ih time odmah i zasigurno ubedimo da ne moraju da se potrude ni oko čega? Da ih uverimo da je posao i novac sve, čak i ako se gubi veza sa sobom i sa onima koje najviše volimo, jer „na to nas život tera“.

Roditelji igrajte se sa svojom decom, jer tako dozvoljavate i sebi predah. Dozvolite sebi da se umirite i da danas baš ništa ne radite. Da samo budete. Sa sobom. Sa svojom decom. Sa svojim partnerom. Sa prijateljima. Samo da ste prisutni. Da ostavite telefon na stranu. Isključite TV. Zaboravite podsetnike, budilnike i ostale ometače tišine. Dozvolite sebi da se uopšte ne igrate sa decom, jer je u redu da deca sama sebi nađu zabavu, čak i ona najmlađa!

Ne morate čak ni u prirodu da odete. Ne morate da napustite sopstveni dom. Samo budite dete. Dete koje ste bili kada ste bili mali. Dete koje ste bili dok vas nisu ubedili da morate da odrastete.

I da budem potpuno iskrena. I ja sam mama koja ponekad žuri. I ja sam mama koja je ponekad nervozna. I ja sam mama koja uglavnom ima, ali ponekad izgubi strpljenje. I obožavam obrazovanje. Obožavam knjige. Obožavam kulturu. Mislim da su deca riznica mogućnosti i potencijala. Mislim da su ljudi

beskrajnih mogućnosti. Ali sve ovo postaje važno tek onda kada sebi dozvolimo da ga doživimo punim plućima, kada sebi dozvolimo slobodu da odvojimo bitno od nebitnog, da budemo čovek, a ne isprogramirana mašina. Kada dozvolimo svojoj deci da u nama vide jedno divno toplo biće koje je tu, koje je prisutno i koje voli život, umesto ubrzanih mame i tate, koja im nabacuju polako, ali sigurno grižu savesti, jer se „baš trude oko njih“, zbog čega bi trebalo da budu „dobri i uspešni u svim sportićima i školicama koje im mama i tata plaćaju“, jer je u redu da topli zagrljaj dobijemo vikendom, radni dani su rezevisani za rad.

Dragi roditelji, igrajte se sa svojom decom. I nemojte se poigravati sa životom!

O ZAHVALNOSTI...ONOJ PRAVOJ

Juče sam, prvi put potpuno precizno, shvatila šta zaista znači zahvalnost. Prvi deo dana sam provela sa jednom divnom ženom, dragom prijateljicom, a drugi sa još jednom sjajnom damom. Spolja je izgledalo kao da sam za obe učinila nešto veliko. I obe su mi na tome zahvalile. Ali probudio se u meni u istom trenutku, jedan sasvim drugačiji ugao gledanja na te situacije. Dok sam slušala njihovo iskreno hvala, pomislila sam kako sam ja, zapravo, neizmerno zahvalna, što su dve takve fantastične žene deo mog života. One su ukrasile moj dan! Sve što bi ličilo na „uslugu“ je premalo u poređenju sa lepotom razmene koju međusobno imamo i koju ćemo tek imati. To je prava zahvalnost!

Možda zvuči neobično da uradiš nešto za nekoga, a sam osetiš zahvalnost za to. Ali upravo je u tome stvar. Nije poenta da uradiš nešto da bi ti drugi bio zahvalan. Nije, ni da bi sebi bio veliki. Već je sva lepota u tome da spontano daješ i primaš i budeš zahvalan na tome.

Razmetljivo i nesmotreno pričamo o zahvalnosti, a ona je tako moćna i velika. I ne dolazi samo iz lepog vaspitanja, već je duboko, duboko u nama i možemo da je osetimo kad zaronimo u sebe i steknemo poverenje u svoje unutrašnje biće.

Došla sam na ovu misao, kao što rekoh, u trenutku kada sam čula „hvala“ za ono što sam učinila za ove dve divne osobe. Pomislila sam da ja to nisam uradila sa bilo kakvom namerom, da budem velika u svojim ili njihovim očima. Jednostavno sam slušala svoj unutrašnji glas i spontano uradila ono što mi se činilo najboljim. Rezultat se pokazao mnogo većim, nego što bi se moglo poverovati da nešto veliko može doći iz tako lagodnog puta do njega. Za mene nije bilo prepreke, težine, razmišljanja da učinim nešto što je za njih bilo veoma važno. Pa, zašto onda to ne bih učinila!? I valjda zato, kad čujete „hvala“ od drugog, pomislite: „hvala tebi“ što si svojim prisustvom u mom životu meni omogućila da učinim dobru stvar, što baš zahvaljujući tebi, ja imam ovaj tako dobar osećaj lakoće u sebi. „Hvala ti na tome“, uzvратиш na glas ili u sebi.

Ali trebalo bi biti zahvalan i samom sebi, kad dođeš u taj stadijum da dopustiш sebi da samo osluškuješ unutrašnji glas koji te uvek vodi pravim putem i da imaš neizmerno poverenje u njega. To je put strpljenja, izgradnje dobrog odnosa sa sobom, nemanje potrebe za savršenim sobom, već negovanje ljubavi prema sebi takvom kakav jesi. Tada pažnju prebacuješ na unutra. Ne vrednuješ sebe prema broju onih koji su te potapšali po ramenu, već prema broju trenutaka u kome imaš osećaj lakoće i mira u svemu što radiш. U toj tišini se sve rađa. U toj tišini sve čuješ najbolje. Ona te dovodi do pravog sebe i privlači prave ljude. I tu počinje razmena.

Zahvalnost je dopuшtanje sebi da poveruješ da su svi odgovori u dubini tvog bića. Zahvalnost je osećaj neizmernog zadovoljstva zbog onih ljudi koji ti svojim prisustvom u tvom životu dodatno „pomažu“ da neguješ svoju unutraшnju slobodu.

O AUTORU

Ja sam Milica Stojiljković, autor programa ličnog razvoja LEPO MI JE. Mogu ti pokazati kako da neguješ i razvijaš svoje potencijale bez obzira u kojoj si životnoj fazi, kako da prevaziđeš probleme sa kojima se svi nekada u životu sretnemo i sačuvaš dobro zdravlje bez obzira na godine.

Moj program se zasniva na veštinama i znanjima koje praktikujem i proučavam već više od 10 godina, u kombinaciji sa veštinama komunikacije kojima sam se profesionalno bavila 15 godina. Sve one nam pomažu da negujemo svoju pravu prirodu, uživamo u onome zbog čega smo se rodili, da živimo umesto da životarimo. U njima se sreću dostignuća savremene nauke, kao i istine stare hiljadama godina. Lake su za učenje, jednostavne za primenu.

Svakog dana primenjujem te veštine na sebi. Uživam u njima i želim da ih prenesem svakome ko istinski nastoji da razume sebe i druge i prepreke i probleme pretvori u prilike i rešenja.

Samo tokom proteklih godinu dana, oko 5.000 ljudi je bilo na predavanjima, seminarima, radionicama i individualnim konsultacijama koje sam održala i organizovala. Osmeh na njihovom licu i dalji rezultati u životu su moja najbolja potvrda. Jedinim evropskim lider transformacija iz Srbije i član evropske Asocijacije lidera transformacija.

Sve o Programu ličnog razvoja LEPO MI JE, možeš saznati na veb sajtu www.lepomije.rs

Milica Stojiljković
www.lepomije.rs
lepomije.milica@gmail.com
+381 64 1900 725

