

NASLOV ORIGINALA:

Arielle Ford

The Soulmate Secret: *Manifest the Love of Your Life with the Law of Attraction*

Copyright © 2009 by Arielle Ford

Originally published in 2011 by Hay House Inc. USA

Za izdanje na srpskom jeziku © Publik praktikum 2018

ZA IZDAVAČA:

Marko Sabovljević

GLAVNI I ODGOVORNI UREDNIK:

Marina Sabovljević

UREDNIK IZDANJA:

Milica Simić

PREVOD:

Gordana Subotić

LEKTURA I KOREKTURA:

Jevrem Živanović

DIZAJN KORICE:

Tijana Kazimirović

ŠTAMPA:

Alpha print, Zemun

TIRAŽ:

1000

IZDAVAČ:

Publik praktikum

Dobrovoljačka 10/I, Zemun

office@publikpraktikum.rs

011/4202 544; 011/4202 545

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.

CIP - Каталогизација у публикацији
Народна библиотека Србије, Београд

ISBN 978-86-6035-589-0
COBISS.SR-ID 267645452

ARIJEL FORD

Tajna
SRODNIH
duša

OSTVARITE LJUBAV SVOG ŽIVOTA
POMOĆU ZAKONA PRIVLAČENJA

HARMON**IA**

Brajanu Hilijardu, mojoj srodnoj duši.
Ti si moja stena, moja sigurnosna mreža,
moje bezbedno mesto i moja odskočna daska
za sve ono lepo u ljudskoj prirodi.

Sadržaj

<i>Predgovor Marsi Šimof</i>	9
<i>Test za privlačenje srodne duše</i>	11
Uvod	13
Vera.....	21
Spremnost.....	39
Ušuškavanje gnezda	55
Živeti kao da.....	71
Spisak.....	81
Oslobodite se prošlosti.....	103
Preduzmite nešto.....	115
Uživajte u iščekivanju.....	129
Zaljubite se u sebe.....	139
Jeste li spremni za VELIKU LJUBAV?	151
<i>Pogovor Džeka Kanfilda</i>	159
<i>Beleška o autoru</i>	163

Predgovor

Volela bih da sam pre deset godina naletela na knjigu koju držite u rukama!

U to vreme, bila sam neudata četrdesetogodišnjakinja s mnogim blagoslovima u životu. Zdrava i kreativno ostvarena, a moja karijera je cvetala. U stvari, moj život bio je na vrhuncu na svim poljima, izuzev na jednom: i dalje nisam mogla da nađem srodnu dušu. Tih godina, Arijel (u to vreme briljantni stručnjak za pi-ar mojih knjiga *Chicken Soup for the Woman's Soul*¹) i ja provodile smo sate na telefonu, oplakujući svoj udes. Dve dobrodušne, inteligentne, strastvene i uspešne žene pitale su se: Kud su nestali svi *dobri* muškarci? Da postoji nešto kao klub samosažaljivih žena, Arijel i ja svakako bismo bile njegovi privilegovani članovi.

Budući da smo razgovarale gotovo svakodnevno, mogla sam praktično „iz prvog reda” da pratim izuzetan sled događaja kad je Arijel počela da primenjuje moćni zakon privlačenja na svoj ljubavni život. Činjenica da je ostvarila vezu ispunjenu ljubavlju, podrškom i brižnošću s divnim čovekom kao što je Brajan, svakako me je nadahnula. A njena sposobnost da ta bezvremena načela dovede do *krajnjih granica* – do oblasti intimnih odnosa – dala nam je jasne smernice koje sam i ja sledila. Godinu dana pošto je Arijel srela svoju srodnu dušu i ja sam naišla na svoju.

¹ Engl.: *Melem za žensku dušu*. (Prim. prev.)

U filmu i knjizi *The Secret*,² iznela sam stav da je većina nas okrenuta potrazi za spoljnim blagodetima, kao što su bogatstvo, uspeh i intimne veze, zato što verujemo da će nas to usrećiti. Ali ja sam otkrila (i detaljno o tome pisala u svojoj knjizi *Happy for no Reason*³) da je upravo obrnuto. Što smo srećniji, to ćemo lakše privući sve ono što želimo.

Svaki trenutak svakoga dana šaljemo energetske signale koje ljudi oko nas osećaju. To objašnjava zašto čovek obuzet očajanjem privlači još veće očajanje dok onaj ko je istinski ostvaren postaje magnet za potpunu ostvarenost. Ako želimo da privučemo životnog partnera koji je srećan, strastven i nezavisan, najpre moramo pokušati da izazovemo ta osećanja u sebi.

Upravo je to formula koju je Arijel veoma uspešno primenila na sopstveni život i sada vam je – jasno, praktično i nadahnjujuće – propisuje u ovoj knjizi. *Tajna srodnih duša* vodi vas kroz prijatne procese i jednostavne vežbe, koje vam pomažu da uživate u ljubavi koju već imate i da je slavite, dok se na svim nivoima pripremate da podelite tu ljubav s nekim.

Dok se spremate za to predivno putovanje, predlažem vam da se malo manje usredsređujete na sreću koju crpate iz odnosa sa svojom srodnom dušom, a malo više na sreću, ljubav i začine koje vi želite da unesete u taj odnos. Imajte vere da će se sve dogoditi pravovremeno i da ćete, dok razvijate sve dublju ljubav prema sebi, privući svog voljenog kao što plamen privlači noćnog leptira. Dovoljno je da to vidite, osetite svuda oko sebe i budete zahvalni dok se želje vašeg srca ostvaruju.

S ljubavlju,
Marsi Šimof

² Reč je o dokumentarnom filmu (2006) inspirisanom kultnom knjigom Ronde Bern *Tajna*, koji se sastoji od niza razgovora i razotkrivanja takozvane nove misli, po kojoj sve što želimo možemo dostići ako verujemo u ishod, istrajno razmišljamo o njemu i održavamo pozitivna emocionalna stanja, koja „privlače” željeni ishod. (Prim. prev.)

³ Engl.: *Bez razloga srećni*. (Prim. prev.)

Test za privlačenje srodne duše

Odgovorite sa DA, NE ili NISAM SIGURAN/NA na svako pitanje:

Verujete li da vas tamo negde čeka vaša srodna duša? _____

Da li ste spremni da se već danas susretnete sa svojom srodnom dušom? Upravo sad? _____

Da vaša srodna duša ima moć da posmatra vaš život u ovom trenutku, da li biste bili ponosni na ono što može da vidi? _____

Da li ste u najboljem mentalnom i fizičkom stanju za susret sa svojom srodnom dušom? _____

Da li je vaš dom spreman da primi vašu srodnu dušu? _____

Da li ste sastavili spisak od deset najvažnijih vrlina koje želite da nađete u svojoj srodnoj duši? _____

Ispoljavate li redovno vrline koje bi, po vašem mišljenju, mogle da privuku vašu srodnu dušu? _____

Imate li još energetske repove koji vas povezuju s bivšim partnerima? _____

Da li ste se pomirili s mogućnošću da možda nikada nećete naći svoju srodnu dušu? (Da li iskreno verujete da ćete sjajno živeti čak i ako nikad ne nađete takvu osobu?)_____

Ako ste odgovorili s NE makar na jedno od ovih pitanja, moguće je da nesvesno blokirate pristup srodnoj duši u svoj život. *Tajna srodne duše* pomoći će vam da uklonite te blokade i podučiće vas da privučete VELIKU LJUBAV.

Uvod

*Tog trena kada sam čuo svoju prvu ljubavnu priču
krenuo sam da te tražim,
ne znajući koliko će zaslepljujuće to biti.
Ljubavnici se, na kraju, i ne sastaju;
oni su sve vreme prisutni jedno u drugom.*

Rumi

Jeste li se ikada zapitali šta je potrebno da biste našli ljubav svog života? Sanjate li o tome da nađete životnog partnera koji će vas voleti, starati se o vama, obožavati vas? Ako čeznete da nađete srodnu dušu, ova knjiga pokazaće vam kako da iskoristite zakon privlačenja da biste telo, um i dušu pripremili za dolazak voljenog bića.

Kao žena koja je tek u četrdeset četvrtoj godini našla svoju srodnu dušu i udala se, mnogo sam naučila o tome šta je delotvorno, a šta nije na polju ljubavi i romantičnih odnosa. Izlazila sam s muškarcima sklonim kontrolisanju, s pasivno-agresivnima, s onima koji su me zanemarivali i onima pored kojih sam se osećala sitnom i beznačajnom. Drugim rečima, dosta mi je bednika za ceo život! No ujedno sam otkrila formulu – ono što ja zovem tajnom srodnih duša – za privlačenje duboke i strastvene ljubavi.

Ovaj naš predivni univerzum uređen je tako da nam šalje ljude i iskustva koji su usklađeni s našim sistemom uverenja. Ako ne verujete da ćete ikada naći „onog pravog“, znate šta? U pravu ste – verovatno i nećete. Ako pak naučite da verujete kako „onaj pravi“ nije samo tu negde već i *traga za vama* kao što vi tragate za njim, otvarate vrata istinskoj ljubavi.

Moja baka imala je običaj da kaže kako svaki lonac nađe poklopac. Drugim rečima, postoji par – savršen partner – za svakog od nas. Uprkos tome, moram priznati da sam mnogo, mnogo puta u svojim tridesetim godinama, dovodila u pitanje njenu teoriju, jer nikako nisam mogla da nađem poklopac za svoj lonac. U toj fazi svog života radila sam od kuće i jedini muškarci koje sam sretala bili su dostavljači – poštari, kuriri *Fedeksa* ili UPS-a, momci koji su mi isporučivali vodu *sparklits* – i mnogi među njima bili su već oženjeni!

Onda sam jednog dana doživela nešto što me je zaista učvrstilo u uverenju da moja srodna duša postoji... tamo negde. Igrom slučaja, gledala sam *Opru* kad je gostovala Barbra Strajsend. Nedugo pre toga ona se bila zaljubila u Džejmisa Brolina i sećam se kako sam pomislila: *Evo superbogate, svetski poznate dive koja, navodno, ima tešku narav i praktično je nedostižna. Koliko bi muškaraca moglo da čini savršen par s njom?* Tada sam shvatila: *Ako je univerzum mogao da nađe nekoga za nju, sa mnom će biti prosto kô pasulj!* Taj trenutak bio je zaista blagosloven. Istog časa znala sam bez imalo sumnje: ako univerzum ima savršenog čoveka za Barbru Strajsend, svakako tamo negde postoji i moja srodna duša. Ipak, ispostavilo se da sam morala da poljubim mnogo žaba pre nego što sam napokon našla svog princa.

Početkom osamdesetih godina, živela sam u Majamiju i izlazila s veoma naočitim, ali luckastim naučnikom opsednutim kontrolom. Bila sam ubeđena kako postoji način da ga pretvorim u dobroćudnog i dragog, jednostavnog momka. Naravno, grdno sam se prevarila. U želji da razumem šta se događa, otišla sam kod jedne čuvene vidovnjakinje u Majami Biču. Bila sam sigurna da će mi ona reći kako je dovoljno da budem uz njega, da će jednog dana moj žabac postati princ i kako će se naša veza sa usponima i padovima stabilizovati. Umesto toga, doživela sam iznenađenje. Rekla mi je da ću se za šest meseci preseliti u Kaliforniju i da ću ostatak života provesti

u Pacifičkom obruču. Ludi naučnik i ja već smo bili raskinuli, no ja sam i dalje mislila kako bismo mogli da se pomirimo (sva sreća što nismo – uskoro ćete saznati zašto).

Posle nekoliko nedelja neočekivano sam dobila otkaz. Bila sam zaprepasčena. Uopšte to nisam očekivala. Jedan od rukovodilaca za koje sam radila iznenadio se kad je čuo da sam otpuštena i poverio mi je da će dati otkaz kako bi počeo da radi na novom velikom projektu. Rekao mi je da će za šest meseci moći da me zaposli na radnom mestu koje je delovalo kao stvoreno za mene. Sa sigurnošću koju mi je pružalo saznanje da me u Majamiju čeka posao, samo ako ga želim, pomislila sam kako je to savršen trenutak da se upustim u nešto vrlo smelo. Odlučila sam da se na šest meseci preselim u Los Anđeles. Svojevremeno sam posetila Los Anđeles i zaljubila se u njega. Spakovala sam se i otputovala u grad u kojem sam imala samo jednog prijatelja i nijedan poslovni kontakt. U avionu sam, tokom dugog leta, čitala *Kreativnu vizualizaciju* Šakti Gavejn. Zahvaljujući toj knjizi, naučila sam osnovne tehnike vizualizacije i doživljavanja okolnosti i događaja koje želim da privučem u svoj život. Čitala sam i knjigu *Key to Yourself* iz 1950, koju je napisala doktorka Venis Bladvort; to štivo nudi neke vrlo mudre uvide u molitvu i ostvarivanje želja. U Los Anđelesu sam išla u Crkvu nove misli, gde sam se svakodnevno molila kako bih privukla izobilje u svoj život. Sve te tehnike bile su delotvorne!

Posle nekoliko nedelja imala sam dobar posao, savršen saživot sa cimerom i nekoliko novih prijatelja. Tokom narednih nekoliko godina nastavila sam da primenjujem tu tehniku kako bih unapredila svoju karijeru i životne okolnosti, ali kad je reč o ljubavi, jednostavno nisam mogla da je sprovedem.

Nakon malo istraživanja, terapije i učestvovanja u raznim radionicama ličnog razvoja, napokon mi je sinulo da nekoliko problema blokira moje pokušaje da doživim ljubav:

1. Nisam verovala da zaslužujem dobru vezu.
2. Nisam volela sebe.
3. Imala sam prevelik emocionalni teret iz prošlosti.

Dok nisam razrešila te probleme koji su me sputavali i naučila kako da prilagodim specifične tehnike ostvarivanja onome što mi

je važno, nisam mogla da postignem željene rezultate. Počela sam da koristim sve što sam ikada naučila o duhovnoj manifestaciji, psihologiji, duhovnosti i zakonu privlačenja, i sve sam to primenila na svoj ljubavni život. Moje namere postale su kristalno jasne dok sam istovremeno raščišćavala nered u svom domu i srcu. Naučila sam i smislila tehnike, rituale, vizualizacije i molitve koji su mi pomogli da pripremim svoje telo, um, srce, duh i dom za zadivljujuć odnos. I uspeło je. Šest meseci pošto sam se ozbiljno posvetila privlačenju svoje srodne duše, upoznala sam svog sadašnjeg supruga, Brajana, koji je prevazišao sve moje želje i očekivanja. Brajan je bio – i još uvek je – sve ono što sam oduvek želela.

Svako, u bilo kom životnom dobu, može da nađe pravu ljubav, ako je spreman da se pripremi, na svim nivoima, da postane energetski kompatibilan s ljubavlju za kojom traga. Time što ste otvorili ovu knjigu, preduzeli ste prvi korak. Dok uranjate u tehnike, rituale, molitve i projekte opisane na ovim stranama, pripremićete se na sve potrebne načine da privučete i upoznate muškarca ili ženu svojih snova. *Tajna srodnih duša* sveobuhvatan je vodič za pripremanje tela, uma, srca, duha i doma za savršenog životnog partnera.

Čvrsto verujem da je za uspeh u bilo kojoj sferi života neophodno uravnotežiti veru s delanjem. Moj najvažniji cilj je da vam ulijem uverenje da vaša srodna duša ne samo da postoji već jednako kao vi žudi da vas pronađe. U međuvremenu, još mnogo toga treba da uradite dok se pripremate za svoju srodnu dušu, stoga sam u gotovo svako poglavlje uvrstila jednostavne, aktivne projekte.

Ako vi nađete vremena za njih, ljubav će pronaći put do vas; imajte na umu da su čak i naoko najnepodesniji spojevi mogući. Uzmimo, na primer, moju svekrvu Pegi. Posle pedeset pet godina braka i pet godina obudovelosti, Pegi je, tada osamdesetogodišnjakinja, rešila da nađe životnog saputnika. Nakon nekoliko meseci upoznala je Džona, koji je takođe obudoveo posle više od pedeset godina braka. Danas su Pegi i Džon kao dva zaljubljena tinejdžera, uživaju u zadovoljstvima ponovnog otkrivanja VELIKE LJUBAVI u svom zlatnom dobu. Bilo da vam je osamnaest ili osamdeset osam, nikad nije kasno da nađete srodnu dušu.

ŠTA JE TO SRODNA DUŠA?

Izraz srodna duša možda vam je poznat, a možda i nije, zato ću vam objasniti šta tačno mislim kad koristim taj termin. Srodna duša je neko s kim ste duboko i suštinski povezani, neko pored koga možete u potpunosti da budete ono što jeste. To je neko koga bezuslovno volite i ko bezuslovno voli vas. Bez želje da zvučim previše sentimentalno, srodnom dušom nazvala bih nekog ko vas „upotpunjuje”.

U filmu *Jeste li za ples?*, s Ričardom Girom i Suzan Sarandon u glavnim ulogama, postoji sjajna scena u kojoj lik Sarandonove opisuje zašto joj se sviđa što je udata za svoju srodnu dušu. U jednom trenutku, ona kaže: „Potrebni su nam svedoci naših života. Na svetu žive milijarde ljudi... Hoću da kažem, šta zaista znači bilo čiji život? Ali kad si u braku, zavetuješ se da ćeš se brinuti o svemu – o dobrim stvarima kao i onim lošim i jezivim, o svakodnevnim stvarima – o svemu tome, sve vreme, iz dana u dan. Kažeš: “Tvoj život neće proći nezapaženo, jer ću ga ja zapažati. Tvoj život neće proći neosvedočen, zato što ću ja biti tvoj svedok.” Bez obzira na to da li verujete ili ne verujete u ideju srodne duše, ova knjiga pripremiće vas da privučete VELIKU LJUBAV koju Sarandonova opisuje.

NIJE DOVOLJNO SAMO DA VIDITE; TREBA I DA OSETITE

Kao deo svog procesa privlačenja savršenog partnera i priprema za susret s njim, kreirala sam niz procesa koje sam nazvala „emocionalizacija”. Neki ljudi to nazivaju vizualizacijom, ali ja mislim da je emocionalizacija prikladniji izraz. Da biste privukli ishod koji želite da kreirate, nije dovoljno samo da ga vidite – treba da ga *osetite* svakim delom svog bića. Osećaj je, a ne slika, ono što ima moć privlačenja.

Na primer, zamislite da želite da privučete luksuzan automobil, ali još ne znate kako da nađete novac za njega. Možete da vizualizujete svaki detalj tih kola, danima, nedeljama ili mesecima da zamišljate sebe kako sedite za volanom, *ali*, ako istinski ne verujete da zaslužujete taj automobil ili ako čin vizualizacije u vama izaziva više anksioznost nego ushićenje, verovatno ga nećete privući. Treba

da budete u stanju da *osetite* kakve će emocije u vama pokrenuti vožnja tog automobila, da svakim delom svog bića budete *uvereni* da ga u potpunosti zaslužujete i da je na izvesnom nivou on već vaš. Zato ja taj proces nazivam emocionalizacijom. Dok negujete osećanja koja čeznete da iskusite sa svojom srodnom dušom i počinjete da živite kao da je ona već s vama, bićete spontano usmereni ka podsticajima i delima koji će vam pomoći da je nađete. Tehniku emocionalizacije primenjivala sam kad god je trebalo da donesem neku krupnu životnu odluku.

Na početku karijere nisam uvek znala šta hoću, ali uvek sam sa sigurnošću znala kako bih se osećala kad bi mi se neka iskrena želja ispunila. Na primer, kad sam se 1984. preselila u Los Anđeles, bilo mi je važno da privučem posao. Mlada i potpuno neiskusna u svetskoj prestonici zabave, nisam imala ni izdaleka jasnu predstavu o tome kakav posao tražim, ali bila sam sto posto sigurna da želim kreativan i dobro plaćen posao u kojem ću uživati. Zato bih se dva puta dnevno ispružila na pod, zažmurila i svakim delom svog bića zamišljala kako ću se osećati kad budem našla zabavan i kreativan, dobro plaćen posao, koji će mi omogućiti da primenim svoja znanja. Deset dana otkako sam počela da izvodim te vežbe, našla sam savršen posao. Tu tehniku koristila sam i da privučem krov nad glavom i na kraju ne samo da sam našla divan stan već sam stekla i cimerku koja je insistirala da samo ona kuva i čisti!

Pre nego što sam upoznala Brajana, sprovodila sam još jedan ritual emocionalizacije: svakoga dana u suton upalila bih nekoliko sveća, stavila svoj najdraži CD s gregorijanskim pojanjem i smesti-

la se u omiljenu udobnu fotelju. Žmureći, prepuštala sam se osećaju radosti koji donosi saznanje da sam već našla srodnu dušu. Ta predivna osećanja doživljavala sam svakim delićem svog tela, čak i u tim trenucima uverena da je moja srodna duša već na putu ka meni (bilo je dana kad bi me obuzela pomisao da moja srodna duša *strašno kasni*, no tada

Nezrela ljubav kaže: „Volim te zato što mi trebaš”. Zrela ljubav kaže: „Trebaš mi zato što te volim”.

Erih From

bih jednostavno odagnala tu misao i ponovo se prepustila osećaju blaženstva, sigurna kako ne treba da strepim hoće li mi ona doći).

Dodatna blagodet emocionalizacije jeste i opuštanje, što je dobro za vaše zdravlje. Tekstove emocionalizacije možete da čitate u tihim jutarnjim trenucima i neposredno pred spavanje ili, ako vam je tako zgodnije, možete da posetite moj veb-sajt: www.soulmatesecret.com/audio i preuzmete audio-verziju emocionalizacije kako biste mogli da je slušate kod kuće.

Da biste što više osetili blagodeti emocionalizacije, predlažem vam sledeće:

- **Izgovarajte** emocionalizacije dok ležite ili sedite u udobnoj fotelji, u sobi u kojoj vam ljudi, kućni ljubimci ili elektronski uređaji neće odvlačiti pažnju.
- **Navucite** roletne ili upalite sveću, a ako u vašu sobu dopire previše buke, stavite čepove za uši.
- **Izvodite** emocionalizaciju jednom dnevno ili jednom nedeljno; to zavisi isključivo od vas.

I na kraju, ako preuzmete moje audio-verzije, *MOLIM VAS, molim vas*, nemojte ih slušati dok vozite. One su namenjene slušanju u kući, u trenucima u kojima možete da zatvorite oči i posvetite im nepodeljenu pažnju.

Bilo da svoju srodnu dušu čekate nekoliko meseci ili nekoliko godina, ova knjiga naoružać vas znanjem i sredstvima koji će vam pomoći da ostvarite svoj san o VELIKOJ LJUBAVI.

Hajde da počnemo!

Arijel Ford,
La Hoja, Kalifornija