



v|b|z

biblioteka
MI

glavni urednik:
Drago Glamuzina

Chris Prentiss
Pravila ljubavi

izdavač:
V.B.Z. d.o.o.
10010 Zagreb, Dračevićka 12
tel: 6235-419, fax: 6235-418
e-mail: info@vzb.hr
www.vbz.hr

za izdavača:
Boško Zatezalo

urednica knjige:
Tatjana Vučinić

korektura:
Nela Katić Novačić

grafička priprema:
V.B.Z. studio, Zagreb

tisak:
Grafički zavod Hrvatske d.o.o., Zagreb
veljača 2013.

Chris Prentiss Pravila ljubavi

Kako ostvariti vezu iz snova

s engleskoga prevela:
Alma Keser Brozović



WILEY

PRENTICE HALL
Chris Prentiss
THE LAWS OF LOVE

Language Translation copyright © 2013 by V.B.Z. Ltd.
The Laws of Love: Creating the Relationship of Your Dreams
copyright © 2012. All Right reserved.
Published by arrangement with The Prentiss Trust of
June 30, 1998. Originally published by Power Press.

copyright © 2013. za hrvatsko izdanje:
V.B.Z. d.o.o.
Zagreb

CIP zapis dostupan u računalnom katalogu
Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu
pod brojem 812299.

ISBN: 978-953-304-445-3

*Posvećeno vama koji tražite savršenu vezu;
vezu koja s vremenom postaje sve dublja, koja
neprestano raste, širi se, svakim danom sve više
postaje ono za čime težite, čeznete, ono za što se
borite; vama koje moraju voljeti oni koje i vi volite, i
paziti vas na svakom koraku puta kojega ste odabrali
kao svoj cjeloživotni put.*

*Posebne zahvale upućujem svojoj supruzi Lyn.
Ona je neprocjenjivo blago, vječno prisutan
podsjetnik na to da veza može biti predivna
kad se živi u skladu s Pravilima ljubavi.*



*Čitateljima Pravila ljubavi –
Jedanaest godina živim sa svojim suprugom Chrisom
i želim vam reći da su to bile najsretnije godine mog života.
Lyn Prentiss*

sadržaj:

9	Bilješka autora
11	Uvod: Put otkrića
25	1. pravilo Univerzalni zakon upravlja svim aspektima našeg života
33	2. pravilo Sve je u stanju neprekidne promjene
42	Koraci koje moramo poduzeti – 2. pravilo
45	3. pravilo Naša životna filozofija određuje kvalitetu naše veze
58	Koraci koje moramo poduzeti – 3. pravilo
61	4. pravilo Veza je uspješna samo kad se u njoj osjećamo sigurno
73	Koraci koje moramo poduzeti – 4. pravilo
75	5. pravilo Uspješna veza isključuje prešućivanje prošlosti
84	Koraci koje moramo poduzeti – 5. pravilo
87	6. pravilo Svemir je savršen i uvijek radi za nas
112	Koraci koje moramo poduzeti – 6. pravilo
115	7. pravilo Vaša će vam veza pružiti sve potrebno
127	Koraci koje moramo poduzeti – 7. pravilo
129	8. pravilo Volite sebe ako želite da vas i drugi vole
153	Koraci koje moramo poduzeti – 8. pravilo
155	9. pravilo Vi ste jedini izvor sreće za kojom toliko tragate
164	Koraci koje moramo poduzeti – 9. pravilo
167	10. pravilo Vaša će veza postati trajna kad je shvatite kao prioritet
181	Koraci koje moramo poduzeti – 10. pravilo

- 183 **11. pravilo**
Sklad nas osnažuje, a nesklad slabi
- 191 Koraci koje moramo poduzeti – 11. pravilo
- 193 **12. pravilo**
Idealna je veza moguća samo ondje gdje postoji potpuno povjerenje
- 207 Koraci koje moramo poduzeti – 12. pravilo
- 209 **13. pravilo**
Svaki postupak rezultira posljedicom koja je u savršenom skladu s tim postupkom
- 218 Koraci koje moramo poduzeti – 13. pravilo
- 221 **14. pravilo**
Vi ste tvorac svakog sljedećeg trenutka
- 228 Koraci koje moramo poduzeti – 14. pravilo
- 230 **Zaključak**

Bilješka autora

Kroz čitavu sam knjigu vašeg partnera ili vašeg prijatelja/prijateljicu spominjao u trećem licu množine, govorio sam *oni* ili *njih* zato što mi je to izgledalo manje nespretno i zato što sam tako izbjegavao ponavljanje. Primjerice, rečenicu »Onda s njima morate živjeti« treba shvatiti kao »Onda morate živjeti s njim ili s njome«.

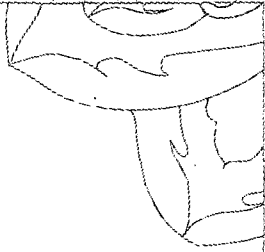
Postoje mnogi izrazi pogodni za opis osobe s kojom smo u osobnom odnosu. Ponovno moram naglasiti da sam zbog čitljivosti i raznolikosti mijenjao riječi, naizmjenice upotrebljavajući riječi *partner*, *prijatelj*, ili *voljeni* da bih označio osobu koju volite i s kojom nastojite izgraditi idealnu vezu. Ako tu osobu ne smatrate svojim bračnim drugom ili prijateljem (prijateljicom), molim vas da ovu riječ čitate kao *partner* ili odaberete bilo koji drugi termin koji bolje odgovara vašoj osobnoj situaciji.

DIO PJESME NAPISANE

PRIJE 2500 GODINA

*Kad su dvoje ljudi
u dubini svoga srca jedno biće,
onda oni svojom snagom
mogu razmrviti željezo ili broncu.
A kada se dvoje ljudi razumiju
iz dubine duše,
onda su njihove riječi slatke i snažne,
kao miris orhideje.*

KONFUCIJE



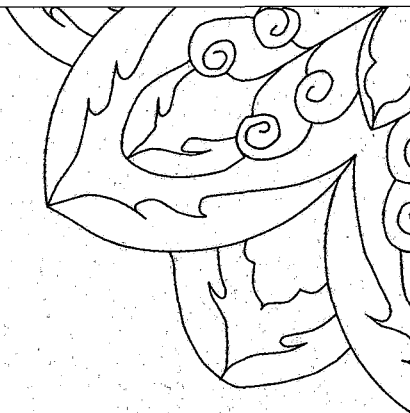
UVOD

PUT OTKRIĆA

*U životu postoji samo jedna stvar koja čovjeka usređuje,
a to je ljubav – ona koju osjećamo i ona koju primamo.*

GEORGE SAND (1804. – 1876.)

Q



Pravila ljubavi su već odavno prokušani principi uspješnog ljubavnog odnosa i oni već tisućljećima, svima onima koji ih slijede, donose obilje sreće i vezu koja potpuno ispunjava njihovu dušu. Prihvatanje tih jednostavnih istina i ponašanje s njima u skladu omogućit će vam da oblikujete temelje svoje veze, sadašnje i buduće te stvorite predivnu, trajnu kreaciju koja će vas hraniti i podupirati, tužne dane pretvoriti u sretne, godinama i godinama biti glavni izvor vaše radosti. Život u skladu s tim temeljnim životnim zakonitostima također će vam pomoći da izbjegnute zamke koje vrebaju na putu i čekaju one koji nikada ne razmišljaju o posljedicama svojih misli, riječi ili djela. Nastojanje da se stvori predivan odnos može ponekad biti teško, ponekad bolno, ali na kraju uvijek isplativo.



UVOD

P U T O T K R I Č A

Ovdje ćete pronaći savjet, u slučaju da vam je potrebna pomoć oko veze u kojoj se trenutačno nalazite, ali i ako želite zasnovati novu vezu. Ako u vašoj sadašnjoj vezi ima trzavica, poznavanje Pravila ljubavi dat će vam snage da je spasite – u slučaju da je ona toga vrijedna. Drugim riječima, možete biti u vezi koja je već »istrošena«. Poznavanje Pravila ljubavi pružit će vam podatke potrebne da odredite jeste li s pravom osobom, omogućiti vam bolji uvid u situaciju i dati snage da okončate vezu koja nema budućnosti.

Možda mislite da tijek neke veze ovisi o sreći pri izboru partnera ili okolnostima na koje ne možemo utjecati. Ili možda mislite da vaša sreća ovisi o onome što vaš partner čini ili ne čini. Međutim, istina je potpuno drugačija. Kvaliteta vaše veze ovisi samo o jednom čimbeniku: vama.

Time ne želim reći da vaš partner ne može biti djelomično ili čak u potpunosti kriv za problem, već tvrdim da ćete poznavanjem Pravila ljubavi biti u mogućnosti pomoći partneru da se promijeni i tako vratiti sreću u svoju vezu. Gotovo da i nema veza koje su otpočetak onakve kakve priželjkujemo, no mi ih uz znalacki pristup i brigu možemo oblikovati u čvrste stupove snage i ljepote – veze u kojima doživljavamo veliku radost, postizemo velika djela i, što je još važnije, zauzvat dobivamo veliku ljubav.

Međutim, još vas jednom upozoravam da se ovo može primijeniti samo na veze koje su vrijedne spašavanja. Možda je

vaš partner zbog svoga životnog puta, odgoja ili prijašnje veze do te mjere uništen da se veza s njim ne može spasiti. Možda vas partner ne voli ili ne želi voljeti, možda vas financijski iskorištava, u vama traži emocionalnu potporu ili ima neki drugi, skriveni motiv.

Ako nakon primjene Pravila ljubavi otkrijete kako je partner s vama ili iz krivih pobuda ili je nepopravljivo iskvaren, onda morate nastaviti živjeti bez njega i potražiti novog prijatelja. Ili, kao što Henry Higgins, lik iz proslavljenog mjuzikla *My Fair Lady*¹, kaže: »Odbacite suvišnu prtljagu!«

DOBRE VEZE NISU SLUČAJNOST

Veza o kojoj ste sanjali nije slučajnost, slučajan zgoditak u igri na sreću. Ona je rezultat toga što ste osoba koja zna poduzeti prave korake kako bi stvorila trajno, sadržajno prijateljstvo s partnerom. Ponekad se događa da naiđemo na osobu koja nam, kako vjerujemo, u potpunosti odgovara. Pa ipak, zbog loših iskustava u prošlim vezama i zbog onoga što smo i sami s godinama postali, upropaštavamo priliku te ono što je moglo postati prekrasna veza s pravom osobom, postaje još jedna propala mogućnost za ostvarenje sreće. Čak se i najsajnija prilika u krivim rukama pretvara u *prašinu*.

Prije nekih dvadeset pet godina sam s jednim prijateljem sjedio za stolom u kuhinji i doručkovao, kad on mi iznenada reče: »Kako ja nemam sreće sa ženama! Ispalo je da je svaka od posljednjih devet žena s kojima sam želio započeti vezu bila proračunata i bezobzirna.«

Na tu njegovu izjavu mogao sam se samo nasmijati – ego mu je bio golem. »To nije točno. Posljednjih devet žena koje

¹ u prijevodu Moja predivna dama (nap. prev.)

si odabrao bile su drage, nježne i umiljate, ali si ti od njih napravio bezobzirna stvorenja.«

Ljutito mi je odvratio: »Otkud ti, kvragu, pravo da sa mnom tako razgovaraš?« Uvrijeđeno je ustao od stola i izjurio iz kuće. Nismo se čuli četiri godine, a onda me nazvao s Havaja, gdje je živio sa suprugom i njihovim jednogodišnjim sinom. Rekao je: »Zovem te da ti zahvalim i kažem kako sam konačno shvatio da je ono što si mi onoga jutra, dok smo sjedili za doručkom, pokušao reći vezano uz žene potpuno točno i da to više ne činim.« Rekao je kako je savršeno sretan sa suprugom i sinom. Danas ima troje djece i još uvijek živi u uspješnom braku.

Moj prijatelj je otkrio ono što ćete i vi otkriti u ovoj knjizi: prvenstveno je vaša osobnost ono što u svakom trenutku određuje stanje vaše veze ili vaš problem s njenim ostvarenjem. I ne samo to. Ona je odgovorna i za stanje u kojemu se trenutačno nalazite, vašu sreću ili nesreću, za ono što posjedujete ili ne posjedujete, za vaše cjelokupno blagostanje.

IN-FORMACIJE

Svijet dubokih, predanih smirenih veza je jedinstven svijet, svijet u kojem žive samo rijetki pojedinci. U ovoj ćete knjizi otkriti zašto tako malo ljudi uspijeva ostvariti sretnu vezu i zašto to vama ne polazi za rukom. Možda ćete, prvi put u životu, postati svjesni informacija koje su vas oblikovale, stvari koje su neprestano prisutne u vašem životu te koje vode i usmjeravaju vašu vezu. Te su vas informacije ponekad vodile dobro, a ponekad loše, ali je činjenica da su oduvijek bile neumoljivo prisutne.

Trenutačno su vam u glavi zamisli o tome kako zasnovati vezu. Najvjerojatnije ih niste ni svjesni. One su se stvarale

tijekom godina dok ste proživljavali svoje vlastite veze ili promatrali odvijanje onih tuđih. Možda ste vaše zamisli o dobroj vezi dobili u nasljeđe, a možda ste o njima doznali i iz onoga što ste pročitali, čuli ili vidjeli u nekom filmu ili na televiziji. Vi ćete svoju trenutačnu vezu, ili bilo koju novu, nastojati smjestiti u okvir tih zamisli. Međutim, one se uglavnom zasnivaju na krivim informacijama. Kad to ne bi bilo tako, onda biste već uživali u vezi za kojom tragate.

Većina onoga što pročitate, čujete ili vidite u medijima, iako donekle oslikava vezu za kojom čeznete, predstavlja krivi uzor zbog načina na koji je opisuju ili zato što se uopće ne govori o tome kako jednu takvu vezu možemo ostvariti. To vam je kao da prelistavate časopis o bogatima i slavnima ili gledate fotografije njihovih jahti, aviona, imanja te čitate o njihovom rastrošnom načinu života, a da nigdje ne pronalazite ni slova o tome kako otključati vrata koja vode do tog svijeta obilja.

Neposjedovanje ključeva koji bi vam omogućili ulazak u svijet ispunjenja snova i sretnih veza razlog je zbog kojega i dalje lutate, tražeći ulaz na nevidljivom, ali unatoč tome neprobojnom zidu tog svijeta i zavirujete u njega putem knjiga, časopisa, filmova, televizijskih emisija, svoje mašte i povremenih razgovora s onim rijetkim sretnicima koji ga nastanjuju. Život u skladu s jednostavnim, ali i moćnim pravilima ljubavi je jedini način ulaska u svijet sretnih veza. Shvaćanje tih pravila i načina njihove primjene pružit će vam nove informacije – informacije o unutarnjem sazrijevanju.

Informacije o unutarnjem sazrijevanju možete shvatiti i kao nove zamisli i koncepte koje usvajate i koji utječu na formiranje vaših shvaćanja. Zbog toga novonastalog shvaćanja vi ćete o sebi i svojoj vezi početi razmišljati na drugačiji način, a ono će vas potaknuti i na to da se prema svome partneru počnete odnositi na poseban, nov način.

Ovim spoznajama morate pristupiti spremni na promjene. U očima, srcu i umu onoga kojeg volite i koji vas želi voljeti vi ćete, ustvari, postati nova osoba. Sa svakom novom stranicom ove knjige bit će vam sve jasnije kako možete primijeniti pravila ljubavi i osmisliti rituale te oblikovati načine postojanja koji će unijeti ljepotu i trajnost u vašu vezu, mir i sklad u vaš život te u živote onih koji vas okružuju. Ljubav je ono za čim tragate i ono što ćete osjećati i dobivati ako živite u skladu s tim pravilima.

ISCIJELITI SVE ŠTO JE NEURAVNOTEŽENO

A sada slijedi kratka povijest mojeg upoznavanja sa Pravilima ljubavi. Već godinama proučavam najstarije zapise na svijetu, osobito drevnu kinesku filozofiju. Ta su učenja uspjela preživjeti tisućama godina zbog svoje univerzalnosti i primjenjivosti i iz njih možemo naučiti mnogo toga o sreći, miru i blagostanju, kao i o stvaranju sadržajne i trajne veze. Spomenute koncepte proučavam preko četrdeset godina, primjenjujem ih u vlastitom životu, a spominjao sam ih i u ostalim knjigama. Ovi su principi ključ izlječenja, iznutra prema van, što je ujedno i jedini pravi način liječenja. Dat ću vam jedan primjer takvog pristupa.

Temeljni koncepti o kojima ćete čitati u ovoj knjizi važan su dio onoga o čemu poučavamo pacijente Centara za liječenje ovisnosti Passages² koje sam osnovao zajedno sa svojim sinom Paxom. Ljudi dolaze u naše centre iz čitavoga svijeta kako bi se izliječili od ovisnosti o drogi, alkoholu i od ovisničkog ponašanja. Svi koji zakucaju na naša vrata obično su u veoma lošem psihičkom stanju. Ljudi se ujutro ne bude kako bi, izvrsno