

TAJNI ZAČIN



ČASOPIS ZA
NEGOVANJE
DUHOVNE
KULTURE

HODOLJUBLJE U HIMALAJE

CARPE DIEM
ZLATNI EP

SLOBODNO ZIDARSTVO ili pre početka...

BITI SREĆAN
A I TEBE TO MOLIM

PRIČA O KAMENU

DUHOVNI SAVETI
ČAROBNE KORICE PROJE

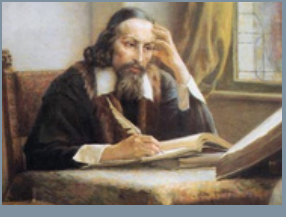
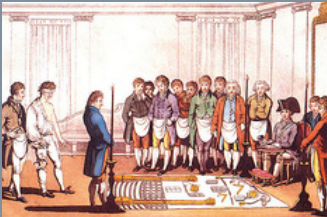
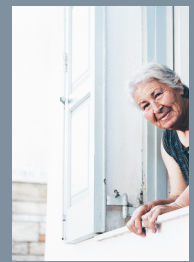
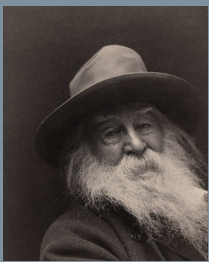
CARSKI POKLONI

BUDI NAJBOLJI ŠTO MOŽEŠ BITI
SAPERE AUDE

KAKO JE BEOGRAD POSTAO METROPOLA

BROJ 01

20
20





- **CARPE DIEM** - Walth Whitman
- **HODOLJUBLJE U HIMALAJE** -
Branislav Denis Božović
- **SLOBODNO ZIDARSTVO ili pre početka...**
Mirko Zoranić
- **ZLATNI EP** - Pitagora
- **PRIČA O KAMENU** -
Prof Dragan Milovanović
- **HIPERTENZIJA - Značaj dijetetskih
suplemenata u regulaciji krvnog pritiska** -
Prof.Dr Branko Jakovljević
- **BITI SREĆAN** - Hermann Hesse
- **CARSKI POKLONI** - Momo Cvijović
- **STAROST: TERET ILI NOVI ŽIVOTNI IZAZOV** -
Borislav Boda Miketić
- **A I TEBE TO MOLIM** - Desanka Maksimović
- **JAN AMOS KOMENSKI** - Siniša Košutić
- **DUHOVNI SAVETI**
- **ČAROBNE KORICE PROJE** - Dragan Đurić
- **BUDI NAJBOLJI** - Daglas Malok
- **KAKO JE BEOGRAD POSTAO METROPOLA** -
Predrag Draško Vujović
- **ČOVEK I NJEGOV PLOŽAJ U KOSMOSU** -
Milan Manas
- **SAPERE AUDE** - Immanuel Kant
- **UTICAJ MISTIKE U SAVREMENOJ
PSIHOTERAPEUTSKOJ MISLI** -
Dr Daniel Mešković
- **MOLITVA MALIH KORAKA** -
Antoine de Saint-Exepery

TAJNI ZAČIN - Gavrila Principa 43,
tajnizacin@gmail.com, 063/276262



Poštovani čitaoci,

pred Vama je časopis koji je nastao na temelju druženja u TAJNOM ZAČINU. Nemogućnost da se nalazimo na predavanjima i stvaramo tako neophodan egregor, učinila je to da smo se odlučili na još jedan iskorak – a to je stvaranje časopisa koji će pratiti ideju organizacije VEČERI TAJNOG ZAČINA.

Negovanje duhovne kulture, kojom se bodri znanje a znanjem hrani duh, smatramo glavnim nosiocem u širenju svetlosti koja se mogla videti svake druge nedelje sa galerije restorana u centru našeg grada. Duhovnost kakvu negujemo odnosi se na prenošenje znanja od naših predavača do Vas naše verne publike, a od sada – nadamo se, i naših vernih čitalaca.



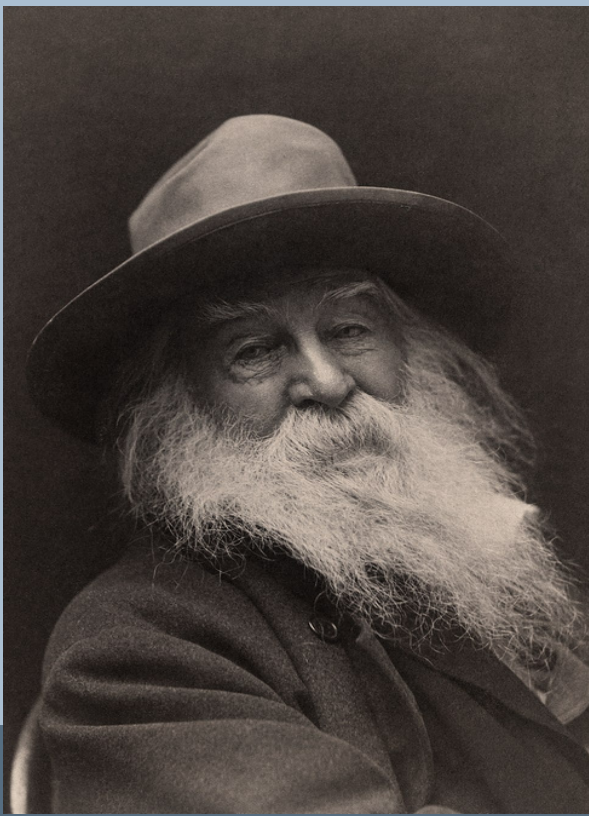
Poštovani prijatelji,

ovaj poduhvat predstavlja zajedničku inicijativu da se osvetli i (što da ne!) prosvetli naša stvarnost. Želimo da dodamo "tajni začim" u živote svih nas tako što ćemo objavljivati tekstove onih koji imaju šta smisleno da kažu i time damo doprinos negovanju duhovne kulture među nama. Tekstovi koje ćete čitati odnosiće se na razne oblasti baš kao i predavanja koja zastadoše na broju 59.

Đerdan autorskih tekstova ukrašavaćemo univerzalnim porukama ljudi koji su svojom misli i delom zadužili čovečanstvo. Ovozemaljski život svakog od nas zaslužuje da bude na svetlu, a ne u mraku.

Upalimo svetlo i obasjajmo naše živote.

Dragan Đurić



WALT
WHITMAN

Carpe Diem

Uživajte u svom danu!

Ne dopustite da se dan završi a da malo ne porastete.

Ne dopustite da vam prođe dan a da niste bili srećni, a da niste hranili svoje snove.

Ne obuzimajte se obeshrabrenjem.

Ne dozvolite nikome da vam uskraćuje pravo da se izražavate, što je skoro obaveza.

Ne puštajte svoj entuzijazam da život učinite izvanrednim.

Ne propustite da poverujete da reči i poezija mogu promeniti svet.

Jer bez obzira na to šta se desi, naša suština će ostati netaknuta.

Mi smo ljudska bića puna strasti.

Život je i pustinja i oaza.

Život nas ruši, boli, uči, čini nas protagonistima naše istorije.

Čak i ako vetar duva protiv vas, snažan posao se nastavlja, moguće je promeniti prostoriju.

Nikada ne prestanite da sanjate, jer samo u snovima čovek može biti slobodan.

Ne padajte u najgore greške: u tišinu.

Većina ljudi živi u strašnoj tišini. Ne odustajte od sebe ili bežite.

Ne privlačite svoja uverenja.

Svi moramo biti prihvaćeni, ali ne možemo protiv sebe.

Pretvorite život u pakao.

Uživajte u panici zbog koje imate život.

Pokušajte da živite intenzivno bez osrednjosti.

Mislite o sebi kao o budućnosti i suočite se sa zadatkom ponosno i bez straha.

Učite iz iskustava onih koji su otišli ranije, mogu vas nešto naučiti.

Ne dajte da život prođe bez vas!



HODOLJUBLJE U HIMALAJE

“ANAPURNA TREK 2017.”



Piše: **Branislav
Denis Božović**

HODOLJUBLJE U HIMALAJE

“ANAPURNA TREK 2017.”

“Sto božanskih epoha nije dovoljno da bi se opisala sva čuda Himalaja.”
(stara sanskritska poslovice)

Letim preko Istanbula za Katmandu i razmišljam kako ću da započnem budući tekst o mom hodoljublju u Himalaje. Da li sa: „Prvi put....“ jer uvek mora postojati prvi put? Najlepše kaže pesnik ljubavi Prever „...imao sam više straha nego radosti, nikada se ne zaboravlja prvi put...“ Uvek su me nervirali oni koji će uvek reći da su već bili „tamo“.

Meni se baš posrećilo – prvi put u Himalaje, pa još sa Draganom Jaćimovićem!

Dakle, ovo jeste privilegija – dobijam sve iz prve ruke, od prvog našeg planinara na Everestu.

Istina je, kroz ceo profesionalni i planinarski život navikao sam da moram da brinem o svemu i svakome, nekada i do profesionalne deformacije. Ovoga puta mi se ukazala mogućnost da neko drugi, kome verujem, brine o meni. Moram da budem odmoran i bezbrižan da bih uživao i doživeo makar jedan delić himalajskog čara, jer ko zna kada ću opet doći. Imao sam i ranije, u vreme svoje pune snage, dobrih prilika za odlazak na ozbiljne uspone.

Život je odredio ovako, ne kajem se i ne žalim.

Idem sada da makar jednim „damarom“ osetim, možda i dodirnem treptaj svekolike energije ovog čudesnog gorja. Kao geolog znam naučnu činjenicu da prirodno energetsko jezgro ispod Himalaja nastaje na dodiru-sudaru dveju kontinentalnih ploča, Indijskog potkontinenta i Azije, od čega nastaju i izdižu se neprestano najmlađe i najviše planine sveta.

Polazim na planinarsko – geografsko putovanje, ponajmanje turističko. Savremeni jezik ovog potrošačkog vremena sve je pomešao, ležanje na plažama, hedonističko gluvarenje i preterano uživanje u hrani izjednačio je sa uzvišenim naporima hiljada ljudi različitih nacija i generacija, koji danima bez prekida pešače sa željom da upoznaju druge zemlje i narode, ostvarujući značajne sportske rezultate penjući se na visine i do 6000 m, a visinske razlike su takođe velike.

Šta je to nego planinarstvo i hodoljublje zajedno, jer hodoljublje je u temelju planinarskog pokreta. Posle toliko podviga, od brojnih istraživača, vernika, imperijalnih osvajača, avanturista i zanesenjaka, danas je odlazak u Himalaje samo lični podvig sveden na „hodoljubnika“, kako je to govorio i zapisivao poznati Zuko Džumhur, koga se sećaju starije generacije.

Naravno, u hodoljubnike se ne moraju ubrajati „ekstremni“ planinari, alpinisti i penjači koji žude za planinskim vrhuncima na usponima u najtežim rizičnim uslovima. Ima među njima i „kolekcionara“ novih rekorda, ali ipak svi zaslužuju čestitke i uvažavanje za upornost i dostignute uspehe.

Danas je nesumnjivo drugačije, takođe se prave podvizi, ali pored planinara i alpinista koji se nadmeću sa stenama i večitim ledom, hiljade drugih posetilaca pohode himalajska gorja sa plemenitim ciljem da upoznaju nove krajeve i ljude, njihovu kulturu i prirodu u kojoj žive i da osete dah proteklih vremena i nerazrešenih tajni Himalaja.



PLANINSKI MASIV ANAPURNE

Planinski masiv Anapurna (Boginja) nalazi se u središnjem delu himalajskog venca, severozapadno od Katmandua, glavnog grada Nepala. Najbliži veći grad masivu Anapurne je Pokara, koji se nalazi pored velikog istoimenog jezera. Pokara je ishodište za odlazak na brojne vrhove Anapurne zvane „Sveta Boginja“.

U centralnom masivu, pored najvišeg vrha 8091 m nalaze se još tri vrha visine iznad 7000 m. Uspom na jedan od njih, Anapurna IV, pokušala je alpinistička ekspedicija iz Srbije sedamdesetih godina prošlog veka, ali bez uspeha. Područje Anapurne predstavlja ekološki zaštićeni prostor zbog izuzetnih prirodnih vrednosti i retkosti i kulturnog nasleđa. Reljef masiva Anapurne formirale su duboke doline lednika i planinskih reka Mustang Kola, Kali Tandaki, Seti, Modi Kola i druge. Površina područja iznosi više od 7500 km², na kome živi oko 100.000 stanovnika iz više etničkih grupa: Gurungi, Magar, Botija, Takali, Manangis.... Najpoznatiji su Gurungi koji su bili pripadnici elitnih komandosa imperijalne britanske armije, zvani „Gurke“.

Ovaj kraj, kao i drugi delovi Nepala, ima slabu ekonomiju, uglavnom poljoprivredu, stočarstvo, sezonski rad, turizam i doskora službu u britanskoj armiji. Kroz razvoj planinskog turizma i organizovanje prihvata i vođenja planinara i turista, ovaj kraj je u 2015. godini posetilo blizu 80000 turista.



PEŠAČKI PUTEVI ANAPURNE (TREKOVI)

Kroz masiv Anapurne trasirano je deset „trekova“ (planinarskih puteva) dužine od nekoliko desetina do nekoliko stotina kilometara. Najduži je Kružni trek (Anapurna Circuit Trek), kroz najveće rečne i ledničke doline i preko visokih planinskih prevoja (do 5416 m). Kroz Himalajske masive trasiran je veliki broj ovakvih pešačkih puteva – trekova koji uglavnom koriste mrežu istorijskih puteva i staza.

Pešački putevi Anapurne znalački su trasirani sa ciljem da posetioci upoznaju sve vrednosti i retkosti geološke, reljefne i biološke raznovrsnosti, kao i multietničko i multikulturno nasleđe i raznovrsnosti naroda koji mukotrпно opstaju u međusobnom poštovanju dveju najvećih religija, budizma i hinduizma.

IMA TAMO MESTA ZA SVE KOJI DOLAZE NA HODOLJUBLJE

Kada se među „kulise istorije“ osvajanja Himalaja i naroda smeste romantične priče iz poslednja dva veka, najčešće sa brutalnim događajima osvajanja, ili traganja zanesenjaka za nepostojećim „rajem na Zemlji“ skrivenim u dubokim dolinama najvišeg gorja sveta, koji je izmislio pisac romana „Izgubljeni horizonti“ Džems Hilton i nazvao ga „Šangri La“, ostaje nam da sa zadovoljstvom potvrdimo činjenicu o širenju velikog interesovanja za odlazak na Himalaje u celom turističkom i planinarskom svetu.

Sigurno je da su se život i običaji himalajskih naroda menjali kroz vekove prolaskom svih stranaca, od kolonizatora preko avanturista i hipika do današnjih planinara i savremenih turističkih nomada. Utisak je da su oni strpljivo i smireno uspevali da gotovo paralelno hodaju ovlaš se dodirujući sa došljacima, čime su odolevali brzim promenama i sačuvali osnove svoje tradicije i životnih vrednosti.

Na ovom putovanju bili smo svedoci „masovnog pokreta“ u himalajske prostore, koji su ostali neistraženi, ili nedovoljno primećeni između hipi pokreta u traganju za nirvanom i strasnih „osvajča“ planinskih vrhova, od kojih je svaki div – planina. Činilo nam se da je i ovaj masovni pokret pripadnika svih rasa, boja i vera sa snažnom željom da upoznaju i ovaj deo zemljinog šara, postao jedno od himalajskih čuda. Kolone turista, planinara, usamljenika, trkača, hodočasnika i hodoljubnika slikovito se penju uz duboke doline himalajskih reka i granaju stazama uz mreže vodotoka, snežnika i lednika. U silasku je ista slika slivanja kolona prema dolinama u jedinstvenu reku ljudi, iz koje pri susretima sa kolonom koja se penje, bruji reč toplog i iskrenog pozdrava naroda Nepala „Namastee“...

NAŠ IZBOR ZA PEŠAČENJE

Na predlog organizatora putovanja naša grupa se uputila na Annapurna sanctuary trek, Pešački put svetilišta Anapurne. Ovaj trek nije najduži, ali spada među atraktivnije, jer obuhvata niz raznovrsnih mesta sa prirodnim fenomenima i etno kulturnim vrednostima. Sa druge strane trek je prihvatljiv i povoljan za posetioce koji nemaju dovoljno slobodnog vremena za duže boravke u Nepal, od 10 – 15 dana, koliko je trajanje prosečnog godišnjeg odmora u svetu, a žele da dožive što raznovrsniji ambijent Himalaja. Trek je dužine oko 80 km vazdušne linije u oba pravca sa visinskom razlikom od 3000m. Pešačenje jeste zahtevno i potrebna je prethodna priprema. Završni cilj uspona je poznato planinsko svetilište Anapurna, na visini 4130 m, smešteno na južnom glečeru pod vencem Anapurne u krugu poznatog baznog kampa za uspone u ovaj deo masiva.

POLAZAK U PLANINE

Putovanje od Katmandua do grada Pokare počinje zagušenim krivudavim drumom, uz mnogo strpljenja i pažnje. Pomalo podseća na filmove Indijana Džonsa zbog šarenih autobusa i kamiona, koji se takmiče u maštovitosti vlasnika.



Grad i jezero Pokara

Zanimljivo je da i u najudaljenijim krajevima svaki autobus nosi reklamu za Wi-Fi iako zbog dubokih dolina najčešće ne radi.

Grad Pokara, pored istoimenog jezera, posle bučnog Katmandua, pruža oazu odmora. Pokara je univerzitetski i turistički grad. Odavde se pripremaju i kreću planinarski usponi u masiv Anapurne. Grad je smešten na prirodnim terasama od šljunka i peska koji su dogurali lednici i planinske reke. Topljenjem leda nastalo je i veliko jezero pored grada.

U rano, jutro ispred hotela, u Pokari čekaju „porteri“- nosači, koji će preuzeti deo našeg ličnog tereta. Iznenaduje nas njihova nežna, skoro dečja telesna građa, ali će iznenađenje biti veće kada na usponima pokažu svoju snagu, tehniku nošenja i veštinu kretanja. Njihov posao je veoma naporan. Imponuje njihovo strpljenje i želja da nam olakšaju uspon i boravak. Bili su nam od velike pomoći uz veoma pristojnu cenu.

Lokalnim autobusom vozimo se drevnim putem koji vodi prema Tibetu do mesta Naja Pul 1070 m u dolini reke Modi Kola. Prebacujemo se u džipove do sela Sinauli Bazar. Odavde će nam dolina i grebeni reke Madi Kola biti glavna vodilja na usponu do našeg cilja - Baznog kampa Anapurna. Odavde započinje naša čarolija Himalaja.

PEŠAČENJE

Sa lakim rančevima, pešice polako ulazimo u predgorje masiva Anapurne. Nosači su već otišli napred sa delom našeg tereta i opreme koja će nas sačekati u tzv. "lodževima - (planinarskim domovima) gde ćemo noćiti. Ima tu odeće za presvlaku, vreće za spavanje, jakni i dukseva za sveže noći i hladnije snežne predele, nešto hrane, slatkiša i lekova.

Pešačke staze vode višim padinama grebena i planinskih strana. Niži delovi dolina su strmi i često kanjonskog tipa, ugroženi bujicama, odronima i snežnim lavinama. Za vreme monsunskih kiša i snegova opasnije deonice staza se zatvaraju za posetioce.

Na usponu kroz niže delove planine nailazimo na sela i zaseoke sa tipičnim graditeljskim nasleđem Himalaja. Skromna domaćinstva u kućama od drveta i kamena nalaze se u blizini njiva i livada koje se vekovima usecaju kao niz terasa na strme padine. Ovde se od pamtiveka vodi mukotrpan život planinaca, koji sve što rade i stvaraju prenose na rukama po planinskim vrletima.

Put nas vodi kroz suptropske šume mladog bambusa i razgranatog sada rascvetalog Rododendrona sa cvetovima-cvastima jarko crvene boje. Veoma lepa slika crvenih cvetova ispred monumentalnih planinskih prostranstava i vrhova pod snegom u drugom planu... Klima je suptropska, prijatne temperature, ali su promene vremena veoma česte, nekada i svakodnevnne. Popodne padnu kiše i grad, a na visinama sneg koji donosi svežinu. Ipak, jutarnje sunce sve istopi i ugrije. Pored prirodne raznovrsnosti snažan utisak ostavljaju kamene stepenice „u nebo“, kako smo ih nazvali.

Brojali smo ih usput i prestali na 10 hiljaditom stepeniku. Ponekad smo gundali da im se ne vidi kraj, da su beskonačne. Najviše su nas umorile stepenice u Čomrongu, velikom sportskom centru sa više lodževa, i sportskih objekata. Naselje se nalazi na visokom grebenu. Uspon do njega i silazak sa obe strane zaista su naporni posle dugog pešačenja.



Međutim, dobro smo razumeli svrhu ovih stepenika. Da njih nema, planinske staze na kojima su izgrađene odnela bi erozija tokom snažnih monsunskih kiša, bujica i snegova. Ipak je ovo milenijumsko iskustvo naroda koji žive u planinskim vrletima sveta. Na ravnijim i sigurnijim delovima terena kamene stepenice smenjuju planinske staze i šumski putevi.

Na našem putu prema svetilištu Anapurne i baznom kampu izgrađeni su lodževi (planinarski domovi, moteli, gostionice), smešteni na malim zaravnima grebena i padina za koje je ocenjeno da ih bujice i snegovi neće odneti. Nižu se lodževi Jinu Danda, Čomrong, Sinuva, Bambu, Dobhan, Himalaja, Mačapučara i na kraju Bazni kamp Anapurna. Svaki lodž izgrađen je na sat do sat i po hoda. U nekima od njih smo noćili - četiri puta na usponu i tri puta na silasku. Lodževi su opremljeni za smeštaj i ishranu. Kada se noću upale svetla i zaiskre po planini, svi zaborave na tegobe pešačenja po strmim stazama i kamenim stepenicama. Tako je i kada se stigne u visoke predele planine među glečere i vrhove Anapurne, gde lepota prirode potpuno potire i leči osećaj umora.



U lodžu

Hodali smo svakog dana od 4 do 6 sati i prelazili visinsku razliku od 500 do 600metara. Poseban utisak predstavljao je uspon na visine iznad 3000 mnv, kada su se otvorili vidici prema velikoj i dubokoj ledničkoj dolini reke Madi Kola koju okružuju vrhovi iznad 5000 mnv. Izlazak na granicu aktivnog južnog glečera i pogled na visoke cirkove pod snegom, ledom i pukotinama koji se spuštaju sa venca Anapurne, visine iznad 7000 mnv,



bio je poseban doživljaj. Veliki prirodni amfiteatar okružuju snežno-ledeni vrhovi Anapurna jug 7219 m, Anapurna - I 8091 m, Varasikar 7847 m, Gangapurna 7485 m, Mačapučara 6993 m. Svetilište Anapurna, na koje smo izašli laganim, skoro svečanim usponom od baznog kampa Mača Pučara, predstavlja duhovno pribežište stanovnika podgorja na kome su oni molili za naklonost svetu boginju. Sa svetog Stuba, koji stoji na ivici ledničke morene, pružaju se venci sa hiljadama molitvenih zastavica, koje snažni vetar raznosi po planini.

Tako vekovima prinose se na zastavicama nove molitve - broja im se ne zna... Molitvama su se pridružili najpre istraživači i planinari, a danas svi posetioци koji žele da na trenutak oseću duhovnost naroda Himalaja. Sa svetilišta silazimo u poznati Bazni kamp Anapurna.

Prazno korito glečera podseća nas na pretnju od globalnog otopljanja. Nastupajuća noć doneće malu visinsku glavobolju članovima grupe koji se nisu dovoljno aklimatizovali. Ipak je ovo visina iznad 4000 m.

Sa svetilišta polazimo rano ujutro. Čeka nas dugo silaženje i usponi, opet stepenice. Usput se mimoilazimo sa pešacima koji dolaze sa raznih strana sveta. Zahvaljujući raznobojnim zastavicama sa svetilišta sada



su nam bliskije njihove različitosti. Planinom bruji pozdrav „NAMASTEE...!“ Bilo je ovo hodoljublje u Himalaje, magični prostor u koji su utkani energija i duhovnost koje se fizički osećaju i prepoznaju kroz prirodu i njene fenomene, svetlost i tamu, kroz ljude koji tamo žive, njihovo kretanje, ponašanje, zvuke, mirise, legende, običaje i navike... Eto razloga za nova hodoljublja u ove krajeve.



Dolina reke Madi Kola

SRPSKI KRIVAK POD ANAPURNOM

Na ovom hodoljublju našao se i jedan klip kukuruza od srpske sorte kojoj je narod dao više imena : „osmak, tvrdunac, krivak...” zbog postojanosti koja nas karakteriše. „Krivak” je simbol istoimenog Udruženja čije je geslo „misli srpski - delaj svetski...” Predsednik Sportskog kluba „Krivak” doneo je ovaj simbol postojanosti autoru reportaže, takođe članu “Krivaka”, da ga odnese na Himalaje i takođe simbolički preda nekom stanovniku Himalaja.

Krivak je predat najstarijem nosaču iz naše grupe, plemenitom čoveku, u krugu Baznog kampa, u blizini svetilišta, ispod vrhova Anapurne, sa pozdravima iz Srbije.

MALA PLANINARSKA PREPORUKA

Mnogo toga je već napisano o Himalajima, Katmanduu, Tibetu, Indiji. Meni su dragi moji „izvori saznanja”. O njima postoje dve knjige. Prva je „Himalaji nebesko predvorje” autora Pavla Jevremovića, a druga „Kajlaš” autora Milana Rakočevića, obojice predanih planinara i hodoljubnika u Himalajska gorja, Tibet i Indiju. Ove knjige su mi uvek na dohvat ruke i pogleda. Toplo ih preporučujem.



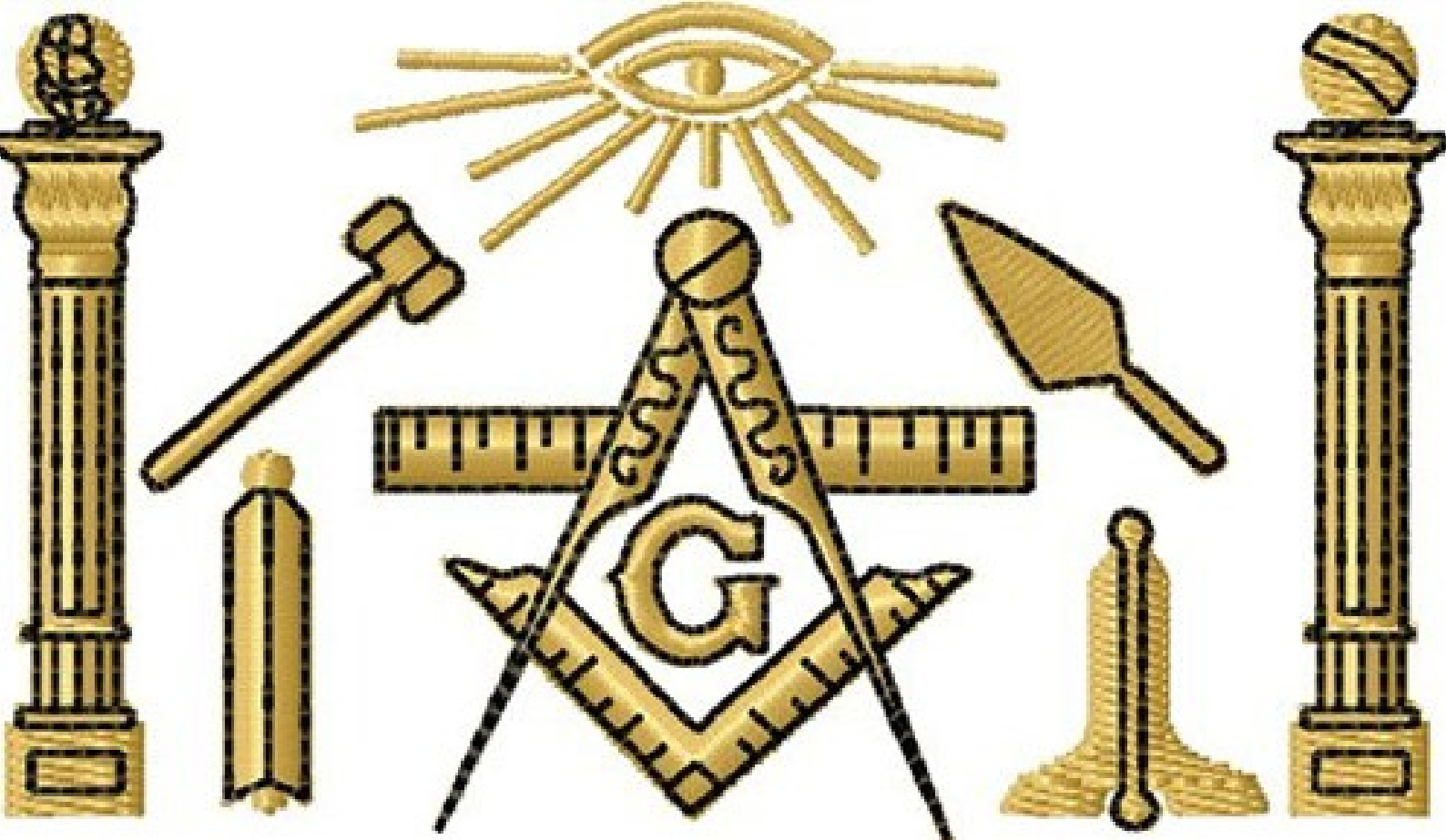
Vrh Mačapuhara 6993 m

A stylized graphic of an eye with sunburst rays emanating from the top. The eye is drawn with a solid line, and the rays are a mix of solid and dashed lines. The text is centered within the eye's shape.

SLOBODNO ZIDARSTVO

ili - pre početka...

1 DEO - SIMBOLIKA



Piše:
Mirko Zoranić

SLOBODNO ZIDARSTVO

ili - pre početka...

1.DEO – SIMBOLIKA

U davna vremena čovek je posmatrao dan, pogotovo noć, te je to povezivao sa događajima na zemlji... Vatra, jedan od prvih simbola koja je došla "s neba", uz pomoć munje, zadržala se sve do danas kao simbol u svakoj sveći koju palimo, kao "božanski znak", prisutnost samog Stvoritelja ili njegove poruke. U religijskim tekstovima On se obraća iz "gorućeg grma" ili kažnjava neposlušne munjama. Vatra ili plamen u Redovima oduvek je značio simbol Svetla, onog kojem težimo u našem samorazvoju. Dakle, vatra ili svetlo uvek ima centralnu simboliku u svim ljudskim nastojanjima kada se obraća 'Svevišnjem'! No, šta je to simbolika uopšte?

Postoje razne definicije, no ukratko i najjasnije možemo reći da simboli zamenjuju neke reči, pojmove, pa čak i čitave događaje, sisteme, opredeljenja, duhovne, političke ili ekonomske smerove i tako dalje. Simbol mora biti prepoznatljiv i u najkraćem mogućem smislu mora ukazivati na svoje značenje, jednoznačno ili pak višeznačno!

Kroz istoriju, Slobodno zidarstvo se razvijalo, u stvari, istriglo svoj put iz konglomerata raznih disciplina proučavanja odnosa čoveka i Stvoritelja. U tom procesu nije bilo samo, već su prema raznim osobinama, razni smerovi samospoznaje nalazili svoje sledbenike i vođe, čineći današnju scenu raznih društva koje bave samospoznajom. Svako od tih društava, pa tako i Slobodno zidarstvo, pokušava da uhvati tradicijski niz sa prapočetkom stvaranja i svog postanka. Svi znamo da je to besmisleno, tražiti zidare, rozenkrojčere i slične u dalekoj prošlosti, ali poistovetiti se sa tragaocima za Stvoriteljem, odnosom sa Njim i putem kojim prolaze generacije hiljadama godina, svakako.

Drevna čežnja spoznati samog sebe, menjala je odela kroz istoriju ali telo je ostalo, još uvek, isto. Najvažniji cilj samospoznajnog procesa je promeniti sebe na bolje i još bolje, uštimavati sve više i više vibracije kako bi se civilizacijski nedostaci stresli sa tih naših odela, kako bi ona mogla zasijati punoćom Svetla kojem težimo.

U neka davna vremena, znanje i praksa spoznaje, bila su rezervisana na vrlo uski krug ljudi, te se esencija spoznaje uspela sačuvati sve do danas. Učeći sve više, tokom minulih vekova, Tajna se sve više povlačila, prema mestu gde i pripada, u nas same, u kreaciju Stvoritelja, u njegovo jezgro. U stvari, ona je i tu uvek i bila, samo se njeno pravo mesto nije moglo tako lako otkriti, kao što se ni danas ne može, bez pristanka čuvara Tajne, nas samih. Drugim rečima, ako je mi ne želimo ili ne znamo otkriti, ona će i dalje ostati za nas tajna. Ono što je prekriva jeste telo, ali još jači je pokrivač misao koja razmišlja telesno, materijalistički.

Da bismo to najlakše razumeli kao primer možemo uzeti saobraćajne znakove, koji spadaju u teoriju saobraćaja na saobraćajnicama, ali i u praksi kada naučimo njihovo značenje.

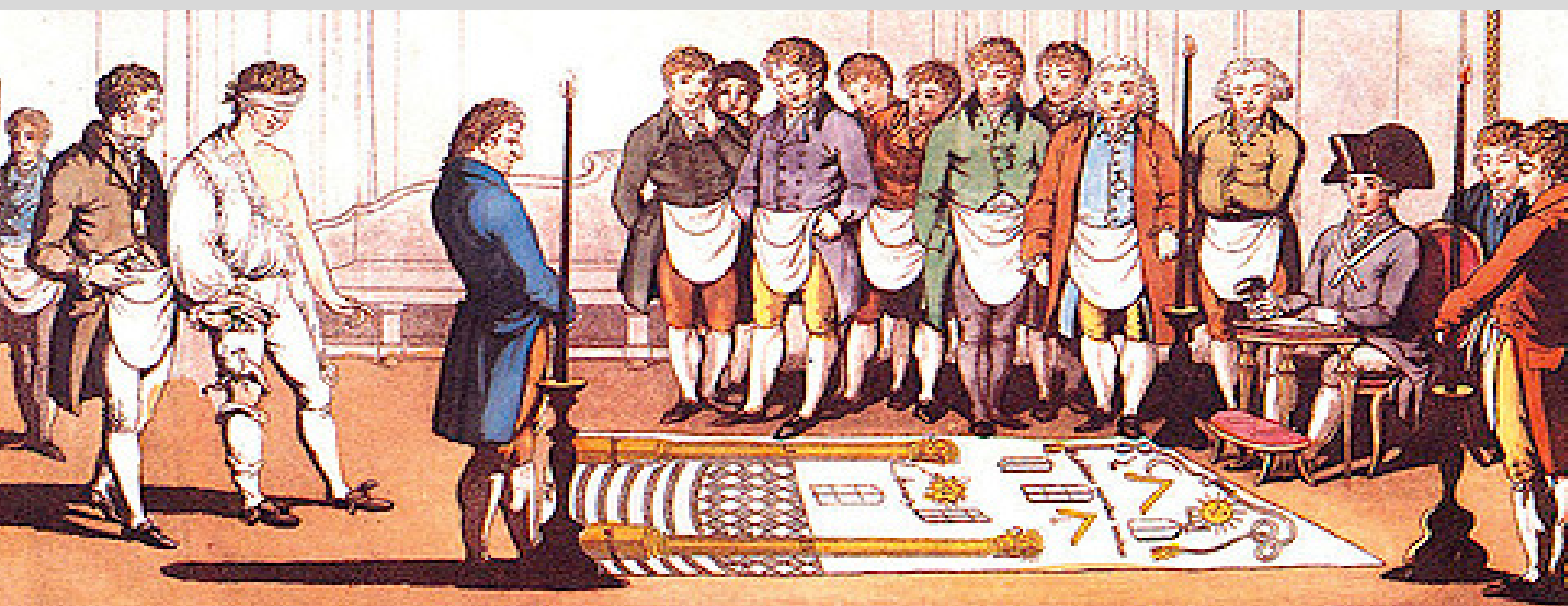
Svaka grupa saobraćajnih znakova ima svoje tekstualno značenje koje za ispit moramo znati. No, kada sednemo u automobil, znakove vremenom više ne prepoznavamo po njihovoj definiciji već ZNAMO šta oni znače, čak i kada ih zapazimo krajičkom oka, pa se prema tome ponašamo u prometu.



Isto je tako i sa simbolima u mistici, svim Redovima (društvima) a posebno u slobodnom zidarstvu. Svako učenje, ali i religijski pravac ima svoje grupe simbola po kojima su prepoznatljivi. Ipak postoje UNIVERZALNI SIMBOLI koje možemo naći u svim sistemima i praksama, pa i u prometu! To su geometrijski simboli, jednostavni i složeni, sa manje ili više složenom nadogradnjom.

U prometu su to tri vrste znakova – okrugli, trouglasti i kvadratni. U Slobodnom zidarstvu najpoznatiji simbol šestara i ugaonika geometrijski možemo predstaviti kao dva trougla, doduše bez baze, ali u suprotnim smerovima. Tri tačke ili trougao kao lik, najjednostavniji je oblik ravnine. Dva trougla u zbroju vrhova ili bridova daju 6, što je pak numerički simbol ravnoteže duhovnog i materijalnog nivoa, za razliku od broja 4 koji predstavlja kvadrat i simbol je ravnoteže samo u materiji.

No, vratimo se samoj simbolici, jer tumačenju simbola nikad ne vidimo kraja.



Simbolika i upotreba istih kroz ritual, zvano ritualistika, dva su vrlo važna predmeta koja nas podučavaju u samorazvoju, uz tekstualni doprinos kroz razne lekcije, učenja, alegorije, misterije i sl. Ovde moram naglasiti da se simbolika može izraziti i tekstualno, mada se opet sve svodi na geometriju od početne tačke, kruga, te kružnice, pa sve do mnogouglova i geometrijskih likova. Prosto se nameće pitanje, a gde su tu brojevi?

Oni kao i njihove 'simboličke vrednosti' zatvaraju simboliku trougla koja glasi oblik-slovo-broj.



Kao kratkom uvodu u simboliku i ritualistiku, o čemu ćemo pisati i dalje dodao bih kratku priču kako sam se ja našao u svemu tome. Kada sam bio mali, moja baka mi je odgovorila, na moje pitanje kamo ona ide posle smrti: „Sinko, u više svetove do kojih ne može svako doći! Ti ćeš učiti razne nauke da nađeš lek protiv smrti koji ćeš meni doneti“. „A kako?“ - pitao sam. „Sinko, postoje jedne lestve koje ćeš naći i po njima se uspeti do mene. Ne brini, sve u svoje vreme.“

Kao dečaka ta me priča bajkovito zadovoljavala, no njeno pravo značenje – pojašnjenje, dogodilo se puno godina kasnije u saobraćajnoj nesreći. Svoje doživljaje stanja neću prepričavati, samo ću reći da su mi dali dovoljno volje i motiva da krenem istraživati „PUT“ koji je spojnica ovoga i onoga sveta, lestve.

To stanje je bilo darovano, tada ga nisam ja proizveo, no sa godinama sam naučio i to stanje dosegnuti i koristiti u samorazvojnem procesu. Veliki udeo u mom samorazvojnem procesu imala je simbolika i dakako, kasnije, ritualistika. Primenjena simbolika u ritualu razmiče velove koji nas dele od drugih svetova, nespoznatljivih neupućenima, koji nisu samo profani iliti neinicirani.

Veliki udeo u mom samorazvojnem procesu imala je simbolika i dakako, kasnije, ritualistika. Primenjena simbolika u ritualu razmiče velove koji nas dele od drugih svetova, nespoznatljivih neupućenima, koji nisu samo profani iliti neinicirani. Kako je ovaj časopis elektronski, vrlo rado ću odgovarati na pitanja, koja možete postaviti na mail čaopisa.

Rekao sam.

Nastaviće se...



ZLATNI EP
PITAGORA



Pitagora

ZLATNI EP

Besmrtne bogove najpre, po zakonu kakav je propis, poštuj i zakletvu čuvaj, a zatim dične heroje, i još bogove poštuj pod zemljom, po zakonu radeć'. Poštuj i roditelje i najbliže srodnike svoje. A od ostalih biraj za druga najboljeg od svih. Rečima popuštaj blagim i delima korist što nose. Prijatelja svoga ne mrzi zbog pogreške male, dokle god možeš, jer sila do nužde boravi blizu.

To, eto, znaj, a navikni vladati ovim: trbuhom najpre i snom i požudom polnom i gnevom. Sramotu nikakvu nikad ne čini, ni s drugom, ni kad si sam; od sebe se najviše stidi. Zatim, pravdu izvršuj i delanjem svojim i rečju, nemoj se navići da, ma u čemu, nerazborit budeš, nego znaj da je svima smrtnicima suđeno mreti, bilo ti drago da novac stekneš il' izgubiš opet.

A što, božanskom sudbom, smrtnici imaju muka, kakav god udes da imaš, podnesi i nemoj se ljutiti. Priliči pomoći koliko možeš, ali misli ovako: ljudima dobrim od toga Sudbina ne poklanja mnogo. Mnogi govori ljudima stižu, ima i loših i dobrih; nemoj se čuditi njima i ne daj da srce ti taknu. Ako se laž koja zbori, ti blago odstupi, uzmakni.

A što ti kažem, to gledaj da svagda se izvrši u svemu: neka te niko, ni rečju, ni delom, ne podstakne da što učiniš ili da rekneš, što nije korisno za te. Razmisli pre nego počneš, da ne bi učinio ludost; svojstvo je jednog čoveka da radi i govori ludo. Nego izvršuj ono što neće te docnije mučiti. Ništa ne čini što ne znaš, no uči ono što treba, tako ćeš moći svoj život provesti u najvećoj sreći.

Niti za telesno zdravlje ne valja nehajan biti, ali u piću i jelu i vežbama umeren budi. Merom pak nazivam ono što neće ti zadati muka. Navikni čistim životom da živiš, i krotkim i smernim, pazi da ne radiš ono što budi zavist u ljudi.

Nemoj bez potrebe trošiti, kao da za lepo ne znaš, niti tvrdica budi: u svemu je najbolja mera. Radi što neće ti škoditi, a promisli pre nego počneš. Nikako ne daj da san na nežne ti spusti se oči pre nego posao svaki pretreseš onoga dana: »Gde li pogreših? Šta li učinih? Šta dužan propustih?«

Počni najpre od prvog i zatim pođi po redu: učini li zlo, prekori se; raduj se, ako učini dobro.



U tom se vežbaj, to radi, i tome treba da težiš: takav trud izvešće te na put božanske vrline, kunem se onim što broj četvorni duši nam dade, izvor prirode večne.

Za dobar svršetak se najpre bogu pomoli, pa pregni na pos' o. Kad postupiš tako, znaćeš besmrtni bog šta sredi, a šta smrtnan čovek, kako se rastura sve i kako se zajedno drži. Znaćeš i šta je pravo, u svemu je priroda slična, te očekuj šta treba, i sve će ti poznato biti. Znaćeš da ljudi sami navaljuju na sebe muke, jadni, jer dobara kad kraj njih se nađu nit vide nit čuju, a zla da se reše malo ih ume.

Takva sudbina vara smrtnike, i oni, k'o valjci, sada se amo, sad tamo, u stalnom kotrljaju jadu. Turobna pratilja Svađa u potaji nanosi štetu, zato je ne raspiruj, ne popuštaj, pa se povuci.

Dive oče, ti sve bi od mnogih spasao beda kad bi svima pokazao kakva je narav u koga; Nego bez brige budi, jer ljudi božanskog su roda kojima priroda nudeć' pokazuje svetinju svaku. Ako je do njih ti stalo, izlečićeš sve što ti kažem i jak bićeš, a dušu iz ovih ćeš nevolja spasti.

Ne jedi jela što ih zabranismo u Očišćenju i Odrešenju duše, ocenjuj i misli na svaki propis uzevši razum odozgo da vozar ti najbolji bude. A kad ostaviš telo i uđeš u slobodan etar, bićeš besmrtnan, bog vekoviti, ne više smrtnan.



**PLANETA
ZEMLJA JE
KAMEN I VODA**

PRIČA O KAMENU



Piše:

**Prof. dr Dragan
Milovanović**

PLANETA ZEMLJA JE KAMEN I VODA

PRIČA O KAMENU

Kamen je najveći dar prirode. I bez naše ruke on ima skladnu formu, oblikuje i oplemenjuje prostor u kome se uvek lepo osećamo. Kamen je i svedok prohujalog vremena i sačuvanih priča o planeti Zemlji i čoveka koji na njoj živi. Smatra se da je svestan udar kamena o kamen da bi ga okresao uz snagu ruku ali i sposobnost uma izdvojio čoveka kao novu životinjsku vrstu, homo sapiensa, koji se na Zemlji pojavio pre oko 2 000 000 godina.



Pravljenje oruđa i oružja nije gotov čin već složen i dugotrajan proces kojim je čovek postepeno uspostavljao smisleni odnos sa kamenom. Tokom vremena on postaje veštiji u obradi i izboru kamena menjajući spoznaju o njemu, a i samome sebi. Veliko otkriće bilo je brušenje, glačanje i oblikovanje kamena. Gradeći staništa od kamena čovek je stekao i prva graditeljska iskustva.

Čovekova sposobnost prilagođavanja promenljivim uslovima života u prirodi imala su ključnu ulogu u njegovom razvoju i opstanku. Veliki pronalazak čoveka bio je kada je iskra iz kamena trajno preobrazio u vatru koja mu iz osnova menja život. Uklanja hladnoću, strah od mraka, menja ishranu, produžava dan i međusobno druženje. Da bi zaštitio sebe i vatru od kiše, snega i životinja, sklanja se u pećinu gde mu kamen biva prvi dom.

Zajednički boravak u pećini menja način života čoveka, započinje verbalna komunikacija, rađa se umeće govora. Živeći sa kamenom čovek razvija osećaj za oblik i boje budeći estetski nagon i potrebu da vidljivim znakom obeleži svoj život. Na većim, obično ravnim površinama kamena ili po zidovima pećina crta životinjske i ljudske likove, lov, obredne i seksualne simbole, radosti, tuge i poruke koje je u sebi nosio. Tako čovek u kamenu stvara kulturu i ostavlja prve beleže svog postojanja.

Najstariji pećinski crteži nacrtani su pre oko 17 000 godina. U pećini Lasko u Francuskoj prikazani su ljudi, bizoni, mamuti, jeleni. Slike životinja i scene iz lova nacrtane na površini kamena u Africi i Kini stare su preko 10 000 godina. Prvo oruđe i oružje naših predaka pravljeno je od kamena. Najstariji vrhovi strela od kremenjača nađeni su u istočnoj Africi i stariji su od 25 000 godina. U jednom skeletu homo sapiensa u Italiji starom oko 11 000 godina nađen je vrh strele od kremenjača zaboden u karličnu kost. Oruđe od kamena i kostiju u Francuskoj staro je između 18 000 i 10 000 godina.



Da, u pravu ste, da pomenemo i naše dame. Izbušene školjkice nađene u pećini Blombos u južnoj Africi verovatno su najstariji ukras koji je napravila ljudska ruka, pre oko 75 000 pre naše ere. Figura boginje plodnosti Venere od krečnjaka, pronađena kod grada Vilendorfa u Austriji, stara je između 15 i 25 000 godina.

Kada su ljudi postali svesni svoje krhosti, prolaznosti i smrtnosti počeli su da traže večne tajne života, postojanja zagrobnog sveta, reinkarnacije, više sile. Ovo verovanje postaje ključna odlika mnogih religija. Krajem neolita podižu se svetišta od ogromnih kamenih blokova gde je hiljade vernika posredstvom kamena ostvarivalo kontakte sa precima, bogovima ili natprirodnim silama. Čovek je tvorac i graditelj sakralnih objekata. Neandertalac je prvo ljudsko biće koje je svoje mrtve sa pijetetom sahranjivao sa kamenom. Pokojnik je obeležen i zaštićen sa lomljenim kamenom ili oblucima. Tako je i danas. U ravničarskom terenu bogatim zemljom, gde nema kamena, čovek se okreće glini od koje pečenjem pravi posuđe, ukrase. Najstarija grnčarija je iz Kine i Japana, pravljena pre oko 10 000 godina; nešto kasnije pojavljuje se i u Evropi.



Čovek je tvorac i graditelj sakralnih objekata. Neandertalac je prvo ljudsko biće koje je svoje mrtve sa pijetetom sahranjivao sa kamenom. Pokojnik je obeležen i zaštićen sa lomljenim kamenom ili oblucima. Tako je i danas. U ravničarskom terenima bogatim zemljom, gde nema kamena, čovek se okreće glini od koje pečenjem pravi posuđe, ukrase. Najstarija grnčarija je iz Kine i Japana, pravljena pre oko 10 000 godina; nešto kasnije pojavljuje se i u Evropi.

U ravničarskom terenima bogatim zemljom, gde nema kamena, čovek se okreće glini od koje pečenjem pravi posuđe, ukrase. Najstarija grnčarija je iz Kine i Japana, pravljena pre oko 10 000 godina; nešto kasnije pojavljuje se i u Evropi. Služeći se vatrom, ljudi iz kamena počinju da dobijaju metale od kojih prave nova oruđa i oružja. Bakar je verovatno bio prvi metal koji je dobijen topljenjem. Smatra se da je otkriven slučajno kada je komad stene bogat mineralima bakra slučajno pao u ognjište, zažario se i iz njega „potekao“ bakar. Od ovog metala pravljeni su oruđe, oružje, nakit. Veštinu prerade bakra usavršili su majstori iz Anadolije i Mesopotamije i Stari Egipćani pre oko 5000 g. p.n.e. U približno isto vreme i na sličan način topljeno je zlato koje se kao sitna zrnca javlja u rečnom pesku.

Tragovi prvih rudnika bakra u Evropi su na našoj Rudnoj Glavi kod Majdanpeka i u bugarskom rudniku Ai Bunaru. Na obali Crnog mora, u Varni, u grobnici su pronađene dragocenosti, među kojima je bilo bakarnih i zlatnih predmeta koji datiraju pre oko 4500 p.n.e. Bakar se u Italiji i u Španiji prerađuje pre oko 3500 godina p.n.e.. Bakarno oružje koje je nosio homo sapiens po imenu Oetzi nađen 1991. godine u Alpima staro je oko 3500 godina. Bronza je pronađena kasnije. Prve rukotvorine od bronzine napravljene su u Kini pre oko 2750 godina pre naše ere kada počinje i proizvodnja svile.

Kao graditelj čovek se najviše nosio sa kamenom, prirodnim materijalom koga je koristio za sve svoje potrebe. Pre oko 3500 godina ljudi počinju da žive u organizovanom društvenim zajednicama. Rađa se nova, urbana civilizacija koja je tesno vezana za kamen od koga se grade velelepne palate i hramovi, nastaju prvi gradovi, države. Mesopotamija je kolevka prvih složenih društava, postojbina prve civilizacije. Uruk u Mesopotamiji je verovatno najstariji grad na svetu. U to vreme nastaju i prvi gradovi u Južnoj Americi, Stounhendž u Engleskoj. I svi su građeni od kamena.



Civilizacije koje su prve obrađivale i koristile kamen i metale pravila su bolja i jača oružja sa kojim su porobljavale ili uništavale druge koje to nisu počele ili znale da rade. Upoznavanju i povezivanju kultura doprinela je i trgovina. Osim materijalne, vršila se i kulturna razmena kada su pojedine zajednice sticale znanja o načinu života u udaljenim zemljama, koja su često

ugrađivali u sopstvenu kulturu. Tako su se trgovinom i razmenom ideja čvršće vezali, približili, Istok i Zapad. Nezaobilazan primer je gvožđe koga je čovek počeo da upotrebljava pre oko 1200 godina p.n.e. u Aziji i na Bliskom istoku. Vremenom ovaj metal postaje traženiji od bronzje jer je tvrdi i otporniji. Od IX veka p.n.e. Asirsko carstvo dominiralo je na Bliskom istoku puna dva veka jer je pre drugih ovladalo tehnologijom topljenja gvožđa od kojeg su pravili najbolja oružja i oruđa toga vremena. Oni su vladari gvozdenog doba.



Napisano je i prvo pismo. Govorni jezik predstavljen je znakovima ispisanim na kamenu ili glini. Klinasto pismo pojavilo se u Africi pre oko 3000 godina pre naše ere kada su napisani egipatski hijeroglifi. Razvoj pismenosti dogodio se istovremeno na pet različitih mesta: Mesopotamiji, Egiptu, Indiji, Kini i Srednjoj Americi. Svi oni, da ponovimo, pisani su na kamenu ili glinenim pločicama.

Egipatska civilizacija na plodnim obalama Nila doživljava procvat od 2500 do 2000 godina p.n.e. Stari Egipćani su verovali u zagrobni život zbog čega su gradili piramide u kojima će nakon smrti živjeti njihovi vladari. Najpoznatija među njima je Keopsova piramida u koju je ugrađeno 2 miliona blokova kamena, svaki težak po 1.5 tonu. Egipatska civilizacija ostavila je za sobom i obilje predmeta koji svedoče o njenoj veličini i načinu života. Svi oni su od kamena ili dragog kamena. Pomenimo prstenje, narukvice, minđuše, lančice i lance, pera za pisanje, kašike, boce od stakla, pečate, suncobrane, pojaseve. U približno isto vreme vrhunac civilizacije je i u dolini Inda.

Dinastija Šang u Kini doživljava procvat između 1600 i 1100 godina p.n.e. i bila je prvo društvo koje je razvilo masovno livenje bronzje. Pismo stvoreno za vreme ove dinastije preraslo je u slova kojima i danas pišu Kinezi. Utemeljeni su lunarni i solarni kalendar koji su osnova tradicionalnog kineskog kalendara.

I kada gledate građevine, dodirujete oruđe, oružje ili ukrasne predmete ovih civilizacija zastaje vam dah. Umeće gradnje, praktičnost, skladnost boja i oblika stvaraju u vama divljenje i poštovanje ideja graditelja koje su za sva vremena zabeležene u kamenu.



Prva evropska civilizacija, Minojska kultura, koja je dostigla vrhunac oko 1600 godina p.n.e. bila je na ostrvu Kritu u Grčkoj. U njoj su žene bile ravnopravne sa muškarcima i imale važnu ulogu u društvu. I vreme neumitno teče. U V i VI veku vodeća civilizacijska središta u Grčkoj bili su Sparta i Korint. Jedan vek kasnije, Atina preuzima primat među gradovima-državama. Grade se monumentalne građevine, najvećim delom od mermera koga je u Grčkoj bilo, a i danas ima u izobilju.



Cveta kulturni život. Igraju se pozorišne predstave, slikaju portreti, pejzaži, vajuju skulpture bogova, žena, muškaraca, pišu, pevaju pesme, svira na žičanim i duvačkim instrumentima. U to vreme, na Dalekom istoku započinje gradnja Kineskog zida. I da ponovimo: kamen je sačuvao njihova umeća kao čuvar emocija, poruka, sudbina, događaja, sećanja.

I dok nezasito gledamo velike i male Akropolje, bogove podzemlja, vatre, vode, sunca, figure predivnih žena, muškaraca, dece čekajući da progovore ili trepnu okom kako bi nam dokazali da su živi, pitamo se može li se išta lepše izgraditi, nacrtati ili izvajati nego u kamenu. Da li su njihovi tvorci pričali sa kamenom dok su stvarali svoja dela? Verujemo da jesu.

U kamenu čovek dobija inspiraciju i ideju o delu koga zajedno stvaraju. Tako je i danas. Da ne zaboravimo nauku. Do tog vremena bespogovorno se verovalo u bajkovita mitološka objašnjenja prirodnih pojava. Mitovi u kojima su bila natprirodna bića i božanstva nikada nisu stavljana na proveru. I vreme nosi promene. U grčkoj civilizaciji su se pojavili umni ljudi koji su svojom logikom i razumom preispitali prihvaćene mitove. Tales iz Mileta (624-526) se smatra ocem nauke: on je prvi razmatrao i opisao pojave kretanja vazduha, zemlje, vatre, vode. Demokrit (480 g.p.n.e) je smatrao da je materija izgrađena od sitnih nevidljivih čestica koje su odvojene praznim prostorom.

Pomenimo i Heraklita, Euklida, Pitagoru, Platona, Aristotela, Arhimeda. Bio je to trijumf grčke nauke u kome su najveći umovi toga vremena svojim idejama i zaključcima izvedenim na posmatranju prirodnih pojava ostavili traga i do današnjih dana. Rađa se i rimska civilizacija.

Rim je po predanju rođen 753 g. p.n.e, a oko 600 p.n.e i bio je grad-država. Rimska civilizacija nikla je na multikulturnim osnovama sa Rimom u svom



središtu, čiji će uticaj i teritorijalno širenje izmeniti tadašnji svet. Stari Rimljani ostvarili su značajan napredak u oblasti arhitekture zahvaljujući oštromnoj primeni načela koja su bila temeljena na drugim civilizacijama sa kojima su bili u kontaktu. Godine 264. p.n.e. Rim je uspešno okončao sukobe sa okolnim plemenima i preuzeo vlast na čitavom Apeninskom poluostrvu. Rimska civilizacija je bila izrazito urbana sa gradovima punih velelepni građevina koje su često oponašale Rim. Građene su od kamena koji je prvi put vezan malterom. U to vreme kuje se prvi novac, u kućama grade kupatila, vodovod i kanalizacija. Tu je i julijanski kalendar. Cezar je uveo da godina ima 365 dana i svaka četvrta 366 dana. Kultura i nauka su takođe cvetale.





Grade se biblioteke, pozorišta, arene. U rimski Koloseum je moglo da stane 50 000 gledalaca. U Rimskoj imperiji graditeljstvo je spojilo iskustvo istočnih zemalja i Grčke. Najvažniji materijal za gradnju većine građevina i trgova u Rimu, i ne samo Rimu, već i drugim gradovima bili su travertin, mermer i pešćar koji se lako vade i obrađuju. Od ovog kamena urađeni su najsvečaniji arhitektonski oblici, elegantni lukovi, stubovi, predvorja, svećane kapije. Mermera i travertina najviše ima na Apeninskom poluostrvu. Majdani ovog kamena se i danas eksploatišu u zoni dugoj nekoliko stotina kilometara.

U II i III veku n.e. Rimsko carstvo je ovladalo celim zapadnim Sredozemljem, na sever se proširilo na Balkansko poluostrvo i deo srednje Evrope. Unutar ogromnog carstva bio je i prostor sadašnje Srbije gde su građeni veliki gradovi. Sirmijum, Beograd, Gamzigrad, Viminacijum, zatim Trajanova tabla, vojna utvrđenja, putevi koji su svedoci kulturnih, vojnih i umetničkih dostignuća Rimske civilizacije. Pomenimo da su u Srbiji rođeni ili živeli neki od imperatora.

Nastaviće se...



HIPERTENZIJA

povišen krvni pritisak

HIPERTENZIJA

povišen krvni pritisak

ZNAČAJ DIJETETSKIH SUPLEMENATA U REGULACIJI KRVNOG PRITISKA



Piše:

**Prof.dr Branko
Jakovljević**


Arterijska hipertenzija (AH) je bolest koju karakterišu povišene vrednosti arterijskog krvnog pritiska. Prema definiciji Evropskog udruženja za hipertenziju (ESH) vrednosti sistolnog krvnog pritiska više ili jednake 140 mmHg i/ili dijastolnog više ili jednake 90 mmHg, smatraju se arterijskom hipertenzijom.

Klasifikacija arterijske hipertenzije (mmHg)

Kategorija	Sistolni		Dijastolni
Optimalni	<120	i	<80
Normalan	120–129	i/ili	80–84
Visoko normalan	130–139	i/ili	85–89
Prvi stepen hipertenzije	140–159	i/ili	90–99
Drugi stepen hipertenzije	160–179	i/ili	100–109
Treći stepen hipertenzije	≥180	i/ili	≥110
Izolovana sistolna hipertenzija	≥140	i	<90

Hipertenzija je jedna od najčešćih bolesti današnjice. Procenjuje se da 43% punoletnih stanovnika Srbije i trećina svetske populacije boluje od ove bolesti. AH je vodeći faktor rizika opšteg mortaliteta i morbiditeta. U svetu svake godine 9,4 miliona ljudi umire od ove bolesti.

Arterijska hipertenzija nije obavezana posledica starenja, već je često posledica loših životnih navika. Zbog toga, u lečenju arterijske hipertenzije pored upotrebe lekova značajno mesto zauzima i nefarmakološka terapija. Ona podrazumeva korekciju loših životnih navika, ali i upotreba dijetetskih suplemenata. Ne samo da nefarmakološke mere moraju pratiti farmakološku terapiju tokom svih faza lečenja, već prema preporukama Američkog udruženja za hipertenziju kod većine obolelih sa blagom formom hipertenzije nefarmakološke mere mogu biti i jedina terapija. Korekcija životnih navika može u značajnoj meri korigovati povišeni krvni pritisak.

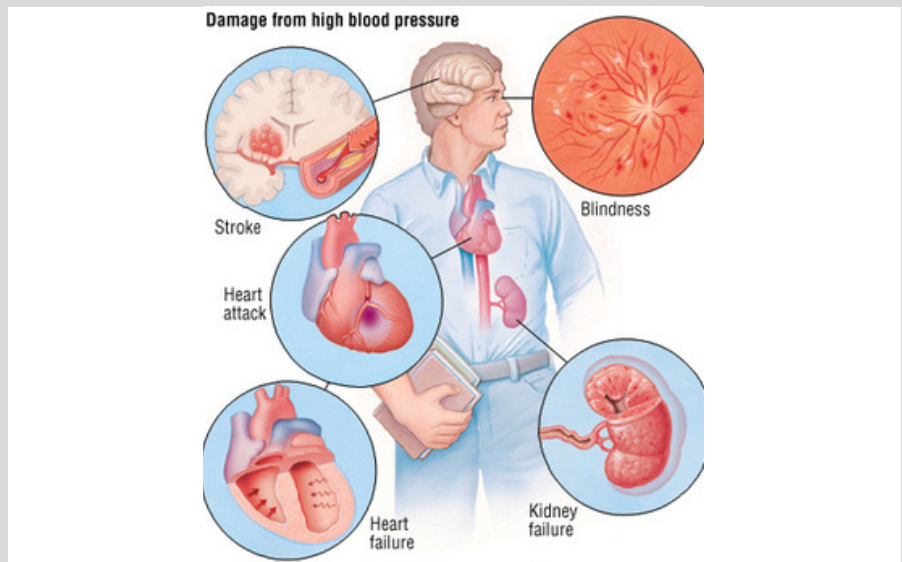


Tako na primer, procenjuje se da smanjenje telesne težine za 10 kg u gojaznih osoba može sniziti krvni pritisak za 10 - 20 mmHg; promena načina ishrane može redukovati krvni pritisak za 8 - 14 mmHg, umerena fizička aktivnost za 4 - 9 mmHg, a smanjenje unosa kuhinjske soli za 2 - 8 mmHg.

Hipertenzija je jedna od najčešćih bolesti današnjice. Procenjuje se da 43% punoletnih stanovnika Srbije i trećina svetske populacije boluje od ove bolesti. AH je vodeći faktor rizika opšteg mortaliteta i morbiditeta. U svetu svake godine 9,4 miliona ljudi umire od ove bolesti.

Dijetetski suplementi (DS) se nalaze u širokoj upotrebi jer ih mnogi koriste ili promovišu kao prirodni tretman mnogih bolesti i patoloških stanja. Procenjuje se da oko 40 % Amerikanaca uzima neki od dodataka ishrani. Jedna polovina njih uzima vitamine i minerale kao dodatke ishrani, jedna trećina koristi neki od biljnih proizvoda, dok ostali uzimaju preparate za unapređenje fizičkih sposobnosti (aminokiseline ili proteine za sportiste). Istraživanja iz zapadnih zemalja ukazuju da je čak 36 % obolelih od kardiovaskularnih bolesti koristilo neke od DS. Zbog njihove česte upotrebe, i potrošači i zdravstveni radnici treba da budu upoznati sa karakteristikama i načinom primene ovih proizvoda i činiocima koji utiču na njihovu efikasnost i bezbednost.

Dijetetski suplementi (DS) se nalaze u širokoj upotrebi jer ih mnogi koriste ili promovišu kao prirodni tretman mnogih bolesti i patoloških stanja. Procenjuje se da oko 40 % Amerikanaca uzima neki od dodataka ishrani. Jedna polovina njih uzima vitamine i minerale kao dodatke ishrani, jedna trećina koristi neki od biljnih proizvoda, dok ostali uzimaju preparate za unapređenje fizičkih sposobnosti (aminokiseline ili proteine za sportiste). Istraživanja iz zapadnih zemalja ukazuju da je čak 36 % obolelih od kardiovaskularnih bolesti koristilo neke od DS. Zbog njihove česte upotrebe, i potrošači i zdravstveni radnici treba da budu upoznati sa karakteristikama i načinom primene ovih proizvoda i činiocima koji utiču na njihovu efikasnost i bezbednost.




DS su deo komplementarne i alternativne medicine. Komplementarna i alternativna medicina obuhvataju upotrebu različitih prirodnih produkata koji se koriste u svrhu ozdravljenja ili isceljenja obolelih, a koji se uobičajeno ne primenjuju od strane medicinskih stručnjaka. DS ili dodaci ishrani su proizvodi koji svojim aktivnim sastojcima mogu da pomognu, pojačaju ili asistiraju jačanju prirodnih funkcija organizma. Spadaju u kategoriju hrane, i ne mogu se nazvati lekom, ali se za njih može tvrditi da imaju blagotvorne efekte na zdravlje korisnika. Iako propisi zabranjuju da se DS reklamiraju kao preparati koji mogu da leče, proizvođači ih često reklamiraju ove preparate obećavajući potrošačima efekte koji nisu dokazani u kliničkim istraživanjima.

U Direktivi za ishranu Evropske unije zahteva se da dijetetski suplementi budu bezbedni u pogledu doza i čistoće. Samo oni dijetetski suplementi za koje je dokazano da su bezbedni mogu se naći na tržištu EU i prodavati bez lekarskog recepta.

Razlika između dijetetskih suplemenata i lekova

Razlike	Dijetetski suplementi	Lekovi
Zakonodavstvo	Hrana	Lek
Korisnici	Svi	Bolesni
Bezbednost	Nemaju obaveza dokazivanja mogućih štetnih efekata	Jasno navođenje neželjenih efekata
Efikasost	Bez obaveze dokazivanja pozitivnih efekata	U kliničkim studijama je dokazana efikasnost u lečenju određenih bolesti
Prodaja	Slobodna	U apotekama



Veliki broj studija je ispitivao efekat dijetetskih suplemenata u terapiji arterijske hipertenzije, ali je samo mali broj njih zadovoljio stroge kriterijume naučno-istraživačkog pristupa. Zbog toga su dokazi o efektima dijetetskih suplemenata često ograničenog kvaliteta. Analizom kvalitetnih studija bez metodoloških propusta i primenom strogih zahteva za terapijski odgovor u smanjenju krvnog pritiska izdvojila su se samo četiri preparata čija primena ima kliničko opravdanje: koenzim Q10, riblje ulje, beli luk i vitamin C. Sa druge strane, postoje određeni biljni preparati koji utiču na porast krvnog pritiska, tako da njihovu primenu treba izbegavati kod osoba sa povišenim vrednostima arterijskog krvnog pritiska.

Dijetetski suplementi i hipertenzija

Dokazana korist	Dokazana štetnost
Koenzim Q10	Efedra (Ephedra)
Riblje ulje	Gorka pomorandža (Bitter Orange)
Beli luk	Sibirski ženšen (Siberian ginseng)
Vitamin C	Sladić (Glycyrrhiza glabra)



**BITI
SREĆAN**

Herman Hesse



BITI SREĆAN

Herman Hesse

U životu ne postoji nikakva dužnost
osim dužnosti: biti srećan.
Samo smo zato na svetu,
a sa svim dužnostima,
svim moralom
i svim zapovedima
retko činimo jedno drugoga srećnim,
jer i sebe time ne činimo srećnima.

Ako čovek može biti dobar,
može to samo onda
kada je srećan,
kada u sebi ima sklada,
dakle kada voli.

To je bilo učenje,
jedino učenje na svetu.

To je rekao Isus, To je rekao Buda,
To je rekao Hegel.

Za svakoga je na ovome svetu jedino važno
njegovo vlastito najunutarnije, njegova duša,
njegova sposobnost da voli.

Ako je ona u redu, onda je svejedno
jede li se proso ili kolači,
nose li se dragulji ili rite;
onda svet zvuči zajedno s dušom,
onda je dobro.



CARSKI ĐAROVI

Piše: **Momo Cvijović**

CARSKI DAROVI

Piše: Momo Cvijović



Najraniji poklon koji je Josip Broz Tito dobio iz jedne kraljevske kuće svojom simbolikom kao da anticipira njegov politički uspon! U toj grupi poklona on je ujedno i najstariji predmet po vremenu nastanka. Pavle I, kralj Grčke, zemlje na temelju čije klasične književnosti je izveden simbolizam kacige, kao simbola moći, uzdizanja i neranjivosti, poklonio je Titu, u Atini 2. juna 1954. godine, antički korintski šlem, sa kraja VII – početka VI veka pre naše ere. Šlem je isto tako zagonetan kao i nekim istraživačima život Josipa Broza. Naime, enigma je zašto je bronzani šlem, i pored toga što je izliven u punoj ratničkoj formi, izradjen u smanjenim dimenzijama, zbog čega nije mogao imati praktičnu upotrebu? [1].



Interesantno je da je Tito dobio na poklon još jedan, isto tako vredan šlem iz perioda mlađeg gvozdenog doba (oko 400.godine pre n..e.). Iako ne predstavlja kraljevski poklon sa sigurnošću se pretpostavlja da je pripadao nekom plemenskom poglavaru. Josip Broz Tito je još u vreme Drugog svetskog rata izrastao u značajnu figuru evropskog antifašističkog pokreta. O bogatoj državničkoj aktivnosti najbolje govore podaci da se, u dugom periodu bavljenja politikom, od 1941-1980. godine, Tito susreo sa oko 350 predsednika država i vlada, učinio 169 državnih poseta i boravio po pozivu u 73 zemlje sveta.

Prilikom tih brojnih susreta dobio je ogroman broj poklona koji se danas čuvaju u Muzeju istorije Jugoslavije. I pored toga što je reč o darivanju na najvišem državnom nivou, dobar deo tih poklona može se svrstati u kategoriju običnih, u umetničkom smislu trivijalnih, materijalno bezvrednih predmeta serijske proizvodnje za svakodnevnu upotrebu. Ali, sa druge strane, pojedinim od tih poklona ponosili bi se i najveći svetski muzeji. Skoro svi tzv. carski pokloni spadaju u tu kategoriju. U toku svoje vladavine Tito je ostvario kontakte sa monarsima evropskih (Velika Britanija, Belgija, Danska, Norveška, Švedska, Grčka, Luksemburg i Holandija), azijskih (Afganistan, Kambodža, Japan, Iran, Nepal, Kuvajt, Jordan i Jemen) i afričkih zemalja (Etiopija i Maroko), kojom prilikom je sa njima razmenjivao poklone. I mada su nam, nažalost, nepoznati razlozi i druge okolnosti oko izbora poklona koje je Tito primio, indirektno možemo izvesti zaključke na osnovu sačuvanih podataka o uzvratnim poklonima koje je pripadnicima kraljevskih kuća darivao sam Josip Broz. Pokloni se biraju pažljivo. Tako iz jedne beleške saznajemo da... mesec dana pre najavljene posete Protokol predlaže Titu poklon za englesku kraljicu Elizabetu, 1972. godine.

[1] Šlem visine svega 20 cm nije mogao služiti svojoj pravoj nameni. Zato se pretpostavlja da je šlem bio izradjen kao zavetni dar nekom od antičkih svetilišta, što je inače bio običaj raširen u arhajskom i klasičnom razdoblju Grčke. S obzirom na to da su zavetni ratnički šlemovi redovno bili onesposobljavani za eventualnu buduću praktičnu upotrebu, darodavac ga je, znajući za principsvetilišta, izradio u smanjenom obliku, čime je izbegnuto kasnije namerno deformisanje. [1]

Izvanredno očuvan bronzani šlem italsko-etruskog tipa pronadjen je u skeletnomgrobu u Nevlju kod Kamnika, u Sloveniji. Poklon je SO Novo Mesto Josipu BrozuTitu, 23. novembra 1958. godine.

U obrazloženju poklona se navodi kako je kraljičina sestra, princeza Margareta dve godine ranije primila na poklon skulpturu od mermera Kupačica, rad Frane Kršinića, tako da ne dolazi u obzir da se kraljici daruje slična skulptura. Za poklon se predlaže skulptura Devojka sa jaretom, akademskog vajara Andrije Krstulovića, učenika Ivana Meštrovića, koji je isklesao statuu Njegoša i dve karijatide na Njegoševom mauzoleju a takođe je radio na dvema karijatidama za Meštrovićev spomenik Neznamom junaku na Avali. Obzirom da je A. Krstulović manje poznat u inostranstvu, Protokol uz poklon prilaže podatke o autoru da Kraljica vidi da se radi o prizatom umetniku. Još se dodaje da je skulptura Devojka sa jaretom od ružičasto-crvenog egipatskog asuanskog granita, isklesana od fragmenta jednog stuba namenjenog za Dioklecijanovu palatu u Splitu, od koga je izrađen i egipatski obelisk na Place Concorde u Parizu.

Iz jednog drugog dokumenta saznajemo da ...kada su u nekoj zemlji važna dešavanja, poput venčanja značajnih ličnosti, krunisanja i druge svečanosti, odluka o poklonima se donosi na sastancima diplomatskog kora. Tako je povodom krunisanja iranskog šaha Reze Pahlavija, kraljice i prestolonaslednika, 1967. godine, na sastanku diplomatskog kora održanog na predlog ambasadora Velike Britanije, bilo govora o poklonima za tu priliku. Ambasador je, na sastanku, preneo reči ministra dvora iranskog šaha da se ne očekuju državni (vladini) pokloni, ali da će mali, lični pokloni šefova država, ako se ovi na to odluče, biti dobrodošli. Tito je iranskom šahu tom prilikom poklonio veliku srebrnu kutiju za cigarete sa zlatnim reljefom Jajca, dok je caricu darivao velikom kristalnom vazom sa umetničkom gravurom Igra satira na konjima i podmetačem od lepoglavske čipke.

Da je poklon lakše odabrati ukoliko se znaju interesovanja obdarenog, vidi se iz beleške Protokola od 18. oktobra 1978. godine u vezi poklona za britanskog princa Čarlsa. Obzirom na saznanje da se Princ od Velsa pasionirano bavi proučavanjem starih brodova i da mu je hobi sakupljanje njihovih modela, Titu je predloženo, što je on i prihvatio, da se Čarlsu pokloni maketa Šambeka, tipično mediteranskog tipa trgovačkog jedrenjaka u Boki Kotorskoj XVIII veka.

Prilikom biranja poklona za japansku princezu Chichibu-No-Miya, koja je zamenjivala bolesnu caricu tokom Titove posete Japanu 1968. godine, vodi se računa o njenoj zapadnjačkoj naobrazbi i godinama starosti. Predloženi darovi od strane Protokola su muranska vaza slobodnog oblika zelene boje sa lepoglavskom čipkom ili ovalni kofre (kutija za nakit) u zlatu i srebru sa ornamentima.



Za vreme uzvratne posete u Beogradu, septembra 1955.g., grčki kralj Pavle i kraljica Frederika poklonili su Titu verne replike u zlatu dva čuvena pehara iz Vafija, čiji se originali, rad kritskih umetnika iz XV veka pre n.e., nalaze u Nacionalnom arheološkom muzeju u Atini. Otkriveni su 1889. godine u jednom grobu kod lakonskog sela Vafio, po kojem su i dobili ime.

Zamršenim igrama sudbine jedna statua Bude, remek delo sa lokaliteta Hada iz IV veka n.e., poklon avganistanskog kralja Mohamada Zahira Titu, 2. novembra 1960. godine, imala je više sreće od velikog broja sličnih statua iz zbirke Narodnog muzeja u Kabulu, koje su, ne tako davno, opljačkane i uništene

od strane talibanskih vlasti i pored toga sto su činile deo svetske kulturne baštine - samo zato jer su su ih stvorili pripadnici neke druge kulture i druge vere. U svetlu tih događaja čini nam se osnovanim postaviti pitanje o ralozima zbog kojih suveren jedne muslimanske zemlje poklanja svom visokom gostu predmet koji po svim elementima pripada drugoj kulturi, imajući u obzir da je u takvim prilikama, i na tom nivou, uobičajen poklon sa nacionalnim obeležijima i motivima. Jedan od takvih je poklon iranskog šaha Reze Pahlavija koji je Titu prilikom proslave 2500. godišnjice Persijskog carstva, u Teheranu, oktobra 1971. godine, uručio repliku Ukaza Kira Velikog iz 539. godine pre n.e., poznatog pod nazivom Kirov cilindar.

Taj slavni dokument, u obliku glinenog valjka, bio je postavljen unutar vavilonskih zidina kao kamen temeljac i smatra se prvim pisanim spomenikom o ljudskim pravima, obzirom da propisuje religioznu toleranciju, ukidanje ropstva kao i slobodu izbora i profesije.

Otkriven je 1879. godine u Vavilonu i danas se čuva u Britanskom muzeju. Replika Kirovog cilindra nalazi se na drugom spratu zgrade Ujedinjenih nacija u Njujorku gde je tekst valjka preveden na svih šest službenih jezika. Istim povodom Tito je dobio na poklon i komemorativni tanjir sa predstavom carskog grba u sredini. Tanjir je uradjen od porcelana, bogato ukrašen 22.karatnim zlatom i emajlom. Na poledjini je utisnut sertifikat iz koga se vidi da je ovaj tanjir radjen u specijalnoj verziji u tiražu od 2000 komada. Njegov autor je Harold Holdway, umetnički direktor čuvenog engleskog proizvođača Spode.

Jedan od poklona je i prelepa vaza sa mitološkim i floralnim motivima. Mislili smo da je polomljena u bombardovanju, ali je naknadno otkriveno da je razbijena nepažljivim rukovanjem za Titovog života.

Umetnička tradicija izrade nakita kao i raznih dekorativnih predmeta u Etiopiji je duga i veoma bogata. Pokloni cara Etiopija, Haila Selasija, ostavljaju utisak carske narcisoidnosti i ličnog blagostanja. Veći broj najrazličitijih predmeta (kutije za nakit, cigarete, muški i ženski nakit, numizmatika) izradjen je od zlata, srebra i dragog kamenja a proizvedeni su u Carskim radionicama u Adis Abebi. Svi poklonjeni predmeti su sa aplikovanim carskim monogramom i, neretko, sa ugraviranim likom Haila Selasija. Na pojedinim se pominje B.A. Sevadjian, carski nabavljač.



Jedinstven je poklon cara Haila Selasija Titu povodom Prve konferencije nesvrstanih u Beogradu, septembra 1961. godine – pribor za pisanje koji ustvari predstavlja maketu carskog prestola! Ispod baldahina na čijem se vrhu nalazi carska kruna, između dva anđela nalazi se predstava prestola sa Davidovom zvezdom na naslonu, koja upućuje na legendarnu kraljicu od Sabe koja je u vezi sa kraljom Solomonom imala sina Menelika, rodonačelnika etiopske kraljevske dinastije.

Vredne poklone Tito je dobio od kambodžanskog princa Norodoma Sihanuka, državnika sa kojim se, uz Gamala Abdela Nasera i Haila Selasija, najviše susretao. I dok je Sihanuk u periodu od 1956-1975. godine bio Titov gost devet puta, Tito je u Kambodži boravio samo jedanput, 1968. godine. Za vreme te posete dobio je na poklon fragment pilastra sa reljefnom predstavom apsare – nebeske igrariče, sa hrama Preah-Pithu, koji se nalazio u zidinama Angkor Toma, nekadašnje prestonice kraljevine Kmera (IX-XII vek n.e.). Zanimljivo je da se fragment prvobitno nalazio u vlasništvu muzejske institucije, o čemu svedoči crnom bojom ispisan broj Odeljenja za starine - 693. Poznato je da je Tito dobio još nekoliko predmeta stečenih na sličan način.[3]

Dvadeset šestog novembra 1959. godine Sihanuk je Titu na dar doneo srebrni servis za čaj bogato ukrašen reljefnim predstavama lotosovog cveta i drugim floralnim motivima, među kojima su stilizovane predstave Garude, legendarnog bića koje je po hinduskoj mitologiji nosilac boga Višna. Servis je proizveden sredinom XX veka i nosi žig Than Cambodga. Slične predstave nalaze se i na tri predivne srebrne posude, koje su Sihanukov poklon 1965. godine. Posebno atraktivna je maketa carske kočije, dvokolice, izradjena od metala i drveta.



Nastaviće se...



STAROST, TERET ILI NOVI ŽIVOTNI IZAZOV?

Piše: **Borislav Miketić**





Piše:
Borislav Miketić

STAROST, TERET ILI NOVI ŽIVOTNI IZAZOV?

Mladost je vreme učenja mudrosti, starost je vreme njegove realizacije!
(Žan-Žak Ruso)

Tumačeći osobnosti mladosti i starosti, Albert Švajcer, alzaški lekar, filozof, teolog, muzičar i humanista, je napisao: „Očuvaj svoju starost i znaj da mladost nije jedino životno razdoblje. Mladost je stanje duha, pokretanje volje, spretnost mašte, moć osećanja, pobeda hrabrosti nad kukavičlukom; to je trijumf naše sklonosti ka avanturi – trijumf nad našom lenjošću. Niko ne stari zato što za sobom ima određeni broj godina. Starimo samo tada kada napustimo svoje ideale. Sa godinama nam se nabora koža, ali kada se odrekemo oduševljenja, tada nam se nabora duša. Kaže se: mlad si toliko, kolika je tvoja spremnost, a star si toliko, kolike su tvoje sumnje; mlad si toliko, koliko je tvoje samopoštovanje; star si toliko, koliki su tvoji strahovi; onoliko si mlad kolike su tvoje nade, i tako star kao što su tvoja osećanja... Shvati da si mlad sve dok ti komunikacija sa lepotom, srećom, smelošću i veličinom dopire u srce!“



U mladosti živimo kao da smo besmrtni. Svest o smrtnosti labavo nas obavija poput krte trake od papira koja jedva da nam dotiče kožu. Kada se to menja? Kada ta traka počinje da se steže oko nas, da bi nas na kraju ugušila? Kako se prepoznaje njen blag ali neumitan pritisak koji nam stavlja do znanja da nikada neće popustiti. Po čemu se on primaćuje na drugima? A kako na nama samima?

Danas sam napunio 65 godina! Stigao sam na granicu koju su povukle Ujedinjene nacije. Prekosutra već, je starost!

Pred ogledalom stojim i posmatram svoj lik u njemu. Koliko se to mi, moj lik i ja, razlikujemo?

Dok se ne ogledam, sve nešto mislim, mlad sam, mlad sam još, ja poleta i snage imam, a i želja. Šarolika i brojna su mi interesovanja, planiram još putovanja, unapred se radujem novim susretima, listam i kupujem nove knjige, i za lepom ženom se, na ulici, okrenem!

Gledam lik u ogledalu, a on kao da ne pripada meni! Pogled mi uzvrća osoba bez dobrog dela kose na glavi, ono malo što je preostalo, retko je i dobrano belo. Licem dominiraju velike uši i širok nos, na kome leže naočare sa staklima pozamašnedioptrijske. Bore se vide na čelu i oko očiju.



Ostale krije puštena brada. Da nije tu već skoro pola veka, pomislilo bi se da je maskirna! Koža je bledožućkasta, suva, na njoj po neka tamna mrlja. Tužibaba! Ne mogu ni da zamislim kakva je tek percepcija drugih, onih što gledaju sa strane, kada ovoliku razliku među nama uočavam ja.

I sada se vi verovatno pitate zašto sam ja uzeo ovu temu? Odgovor je ovaj: sa jedne strane jer sam joj, profesionalno gledano, najbliži, najkompetentniji; drugo, iskren da budem, i mene ona ne zaobilazi i treće, iz želje da saznanja, iskustva i razmišljanja, podelim sa vama, kako biste se na vreme pripremili.

I evo sada opet te ključne reči: VREME, oko koga se sve vrti!

Vremenom je terminisan dan i čas začetka i rođenja života, a vremenski proces koji traje do smrti je starenje. Starenje je prirodna, normalna fiziološka pojava.





To je nepovratni individualni proces opadanja svih vitalnih funkcija uz umanjena intelektualna i seksualna snaga. Kojom će se brzinom razvijati proces starenja zavisi od nasledne, genetske komponente, sa jedne strane, kao i od uticaja životne okoline i životnih navika, sa druge strane!

Grčki filozofi, kasnije i stari lekari, upoređivali su periode života sa četiri godišnja doba: proleće je odgovaralo detinjstvu, leto mladosti, jesen zrelosti, a zima starosti.

I evo mene u zimi sopstvenog nezadovoljstva. Ili, da li je baš tako? Nisam li upravo ja bio taj koji je nudio dva leta za jednu zimu?

Slikovito predstavljena starost se može podeliti u tri faze:

Prvu fazu karakteriše promena karaktera.

Uočavaju se popuštanje pažnje, usporenost razmišljanja i reagovanja, rasejanost, slabije pamćenje, neočekivane promene raspoloženja, emocionalni usponi i padovi, razdražljivost i agresivnost, anksioznost, depresija.

Drugu fazu karakterišu promene u izgledu osobe.

Dolazi do promena u strukturi kože, kose, noktiju. Koža se suši, tanji i peruta, jer se smanjuje količina kolagena u njenim ćelijama. Pojavljuju se bore i tamne, pigmentne mrlje. Sličan se proces dešava i sa kosom. Ona postaje tanka, krta, gubi sjaj i menja boju. Pojavljuju se sede, nastaje ćelavost.

Treću fazu predstavlja promena figure.

Povećava se količina masnog tkiva, gubi se struk, nastaje gojaznost. Posledično se javlja opterećenje kičmenog stuba i dolazi do njegovog deformisanja, jer kičma nije više u stanju da izdrži i nosi dodatnu težinu. Zbog deformacije kičme dolazi do poremećaja funkcionisanja čitavog organizma. I upravo tada stupaju na scenu sve bolesti koje su karakteristične za starost.



Proces starenja prevashodno pogađa kardiovaskularni i nervni sistem čoveka. Tokom ovog procesa dolazi do nagomilavanja holesterola u krvnim sudovima što uzrokuje slabiji protok krvi u njima. Time je otežano snabdevanje ćelija, tkiva i organa hranljivim materijama, a ujedno se smanjuje i izlučivanje istrošenih derivata iz ćelija.

Zaostatak i porast ovih istrošenih, otpadnih, derivata, pogađa najfinije delove ljudskog organizma, nervni sistem, koji inače troši najviše energije i zahteva neprekidnu dostavu kiseonika, šećera, kalcijuma, fosfora i drugih elemenata, minerala i oligoelemenata. Pogoršava se aktivnost nervnih procesa na svim nivoima što dovodi do tromosti pokreta, premora i nestabilnosti, do suštinskih promena u psihi. Tada obično primetimo da je pred nama neka druga osoba, a ne ona koju smo do juče znali!



Dekartova formulacija „Mislim, dakle postojim“, danas bi imala drugačiju verziju: „Dobro izgledam, dakle postojim“. U prvom susretu sa ljudima presudan je izgled, boja glasa, način govora i odeća. Lične karakteristike osobe koju upoznajemo, kao što su znanje, inteligencija i temperament, dolaze tek nakon toga.





Danas je na sceni globalni kult mladosti. Euforična trka sa vremenom. Okupirani smo reklamama na televiziji, bilbordima koji nam kradu pažnju i uskraćuju vizuru, u brojnim časopisima i novinama dominiraju oglasi koji nude rekonstrukciju figure ili neznanimsebroj preparata i eliksira po apotekama i drogerijama. Gotovo da nema ulice bez antiageing studija! Svim sredstvima protiv starenja! U borbu sa strahom od starenja!

Starost, naravno, jeste jedno od najstresnijih životnih razdoblja. To je period koji teško opterećuju tri važna događaja: penzionisanje, odlazak poslednjeg deteta iz porodice i smrt bračnog partnera. Za sve je to novo razdoblje postojanja, za neke veliki teret. U našoj sredini, gde vladaju stereotip i predrasude, na starost se gleda kao na silaznu putanju života. Kod nas ne postoji kultura starenja, kao dela filozofije življenja, kao dela čovekove egzistencije. Nema strategija za nastavljnje osmišljenog stila života, za racionalni i human odnos prema populaciji starih.

Dosadašnji obrazovni sistem pripremao je pojedinca za profesiju i društvenu ulogu ali ne i za njegovo celovito postojanje. Tek se u poslednje vreme probija svest o potrebi preventivnog delovanja starosti, jer je kontrola nad procesom starenja naučno utemeljena. To je način da se preuzme kontrola nad sopstvenim životom.



Gledam svoj lik u ogledalu, a uzvraćeni pogled kao da predstavlja mojsijevsku opomenu: pruži otpor i ne dozvoli da te život nosi kako hoće! Na delu je analiza prekretničkog trenutka.

Moje vreme curi. Pitam se koliko je još života preda mnom? Kakva mi se budućnost otvara? Šta sve može da mi se dogodi, šta ću još da doživim? Zar iz pomisli na vreme koje otiče i na smrt kao krajnji ishod, proizilazi da iznenada više neću znati šta hoću? Hoću li izgubiti prirodnu prisnost sa svojim željama, pa tako postati stran sebi samom, postati problem?

Problem je u tome što ne možemo da bitno izmenimo svoje živote. Ni ono što je prošlo, ni ono što dolazi. Ako se nešto dobro odvija, naprosto smo imali sreće, ako ne, sudbina, kažemo! Tako peva i Vlatko Stefanovski: „Vseki ot nas ima svoja zvezda ko ga vodi dok e živ, koga svetli jarko čovek ima sretja, koga gasne: sudbina!“

Stvarni režiser naših života je slučaj, reditelj ispunjen milosrđem, surovošću i neodoljivim šarmom. I šta je zapravo starost, period radovanja ili tugovanja? Tokom života menjali smo se i prilagođavali raznim situacijama, doživljavali smo spoljašnje promene. U starosti se radi o unutrašnjem prestruktuiranju čiji je cilj ispravnost.

Pred starog čoveka se postavljaju sasvim nova učenja. On mora prvo da nauči da prihvati sebe i da se pomiri sa svojim ograničenjima i svojom životnom situacijom. Treba da nauči da napusti uloge koje je do tada igrao, da nauči da se povuče sa položaja, da neke prednosti prepusti drugima. To su procesi učenja koji mogu biti praćeni čak i bolnim žalovanjem što su ti poslovi i te uloge prestale i prohujale. Ali sa žalovanjem što je u starosti nešto uzeto, dolazimo u kontakt sa onim što nam je u starosti podareno, a to su opuštenost i mudrost. Ko je spreman da u starosti uči, ko rado razgovara sa ljudima da bi od njih saznao šta ih dotiče i ko druge pita za stvari koje ne razume, taj ostaje živahan. Sa njim mlađi rađe razgovaraju, jer ih ta pitanja izazivaju. Ta pitanja ne čine samo starije živahnim, ona čini živahnim i mlade. Ko prestane sa pitanjima, jer već sve zna, taj je u zastoju i prestaje da se razvija.

Učenje starijih ljudi ima drugačiji značaj od učenja mlađih i treba da bude uzor za mlade ljude. Stariji u svom učenju traže istinu, onu istinu koja nas održava i nosi kroz život, koja tom životu daje smisao. Ujedno to je i interesovanje za tajne života. Starost je pre svega preobražaj, a on se desi ako mu mi to dozvolimo. U starosti mnogo toga što je spoljašnje otpadne i to je prilika da prema spolja zasija naša unutrašnja suština. Naš je zadatak, dakle, da dozvolimo da se to dogodi – da na našoj spoljašnjosti zasija srž i suština našeg života. Starost je mudra, uprkos onoj mladosti koja želi da je skine s trona, da uzme stvari u svoje ruke, sve ono što joj pomaže da opstane. To treba znati, prepoznati i prihvatiti. Raditi na tome. Ne treba se prepustiti. Život treba uzeti u svoje ruke. Potrebno je raditi na podmlađivanju duha, jer oni koji ne slede kretanje svoje prirode, svoje duše, nužno su nesrećni.





Samo onaj ko je spreman na polazak na put može da se otme navikama koje koče i umrtvljuju. Ne podležimo rezigniranosti, ne odustajmo od borbe. Deo ljudskog dostojanstva počiva u snazi da se sudbini, pa i onoj najtežoj, pogleda u oči.

Živimo trenutke! Sve preostale trenutke. Ne dozvolimo da vreme teče mimo nas, a bez nas. Ne dozvolimo da tugujemo za tim vremenom zato što je prošlo i zato što od njega nismo uspeli ništa da napravimo!

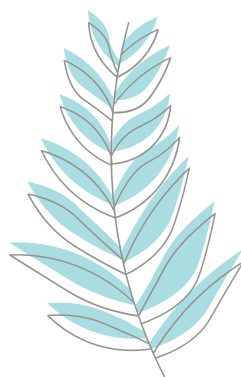
Umetnost života je da, na jednoj strani, sve više sazrevamo, a na drugoj strani, da očuvamo u sebi dete koje je uvek izvor oduševljenja i životne energije. Ljudi nas uvek plaše našim godinama, i kada smo mladi i kada smo stari. Kada smo mladi kažu da smo nedozreli, a kada smo stari – da smo nesposobni za velike namere. A iskustvo starosti je ravno učenosti i niko ne zna šta nosi do poslednjeg daha. Živimo trenutke! Jer svi mi hoćemo još tog svog života, bio on lak ili težak, oskudan ili raskošan. Jer ne želimo da mu dođe kraj!


„Iz perspektive mladosti, život je beskonačno duga budućnost. Iz perspektive starosti, to je vrlo kratka istorija. Neophodno je voditi računa o tome, dugo je živeti, shvatiti koliko je kratak život“, napisao je Arthur Šopenhauer.



Priroda je čudo, svet magije, a život bajka. Shvatimo to na vreme, pre nego što bajka bude pri kraju. Jer tada još jednom dobijamo priliku da skinemo povez sa očiju, da protrljamo oči od iznenađenja, priliku da se prepustimo tom čudu s kojim se tada opraštamo i napuštamo ga.

Ako se čovek oslobodi umora i živi dokle mu je suđeno, onda se može nazvati čovekom od znanja, pa makar i za kratko vreme kada mu pođe za rukom da pobedi svog poslednjeg i nepobedivog neprijatelja STAROST. Taj trenutak jasnoće, moći i znanja – dovoljan je! (Kastaneda)





*A i Tebe
to molim*

Desanka Maksimović



Desanka Maksimović

A i Tebe to molim

Ako prva odem, javiću Ti,
javiću Ti šta biva kada se brat i sestra
i mati i prijatelj polako razidu
i pljusak se kroz rastresitu humku srući,
i treba li se bojati pauka savesti
i šta on među crvima i stonogama znači.

Javiću Ti ima li razlike
između grumena zemlje i čoveka,
između suza i voda ponornica,
i treba li strepiti od izjednačenja
sa biljkom, kapljom i mineralom,
a i Tebe to molim.

Javiću Ti treba li se bojati časa
kad sve naše riznice pređu u nepoznate ruke
i da li se njihova vrednost tamo menja
i da li je život samo šahovska igra
jezgri i ćelija, a i Tebe to molim.

Ako prva odem, javiću Ti,
javiću Ti sudbinu pesnika, srca,
i šta on u susedstvu večne
ravnodušnosti znači,
i šta bude sa munjama i dugama naših ljubavi,
a i Tebe to molim.

Ako prva odem, javiću Ti,
javiću Ti šta bude iza velike oseke
koja posle smrti nastupa
i da li postoje i tamo plime sećanja
i da li će te naneti kadgod na moje obale,
a i Tebe to molim.



JAN AMOS KOMENSKI

GENIJE DUHOVNOG ČOVEČANSTVA

Piše: **Siniša Košutić**



JAN AMOS KOMENSKI

GENIJE DUHOVNOG ČOVEČANSTVA

„Dođi, dečaće, uči se mudrosti... Povešću te svuda, pokazaću ti sve, imenovaću ti sve.“

J.Komenski „Materinska Škola“

Tri linije se presecaju u jednoj tački: moja poseta Biblioteci Hermetici (Bibliotheca Philosophica Hermetica) prošle godine (2019) u Amsterdamu, čudno obraćanje Emira Kusturice i moj “rad” o Janu Amosu Komenskom kao duhovnom ocu masonerije. Ta tačka dodira je Jan Amos Komenski!

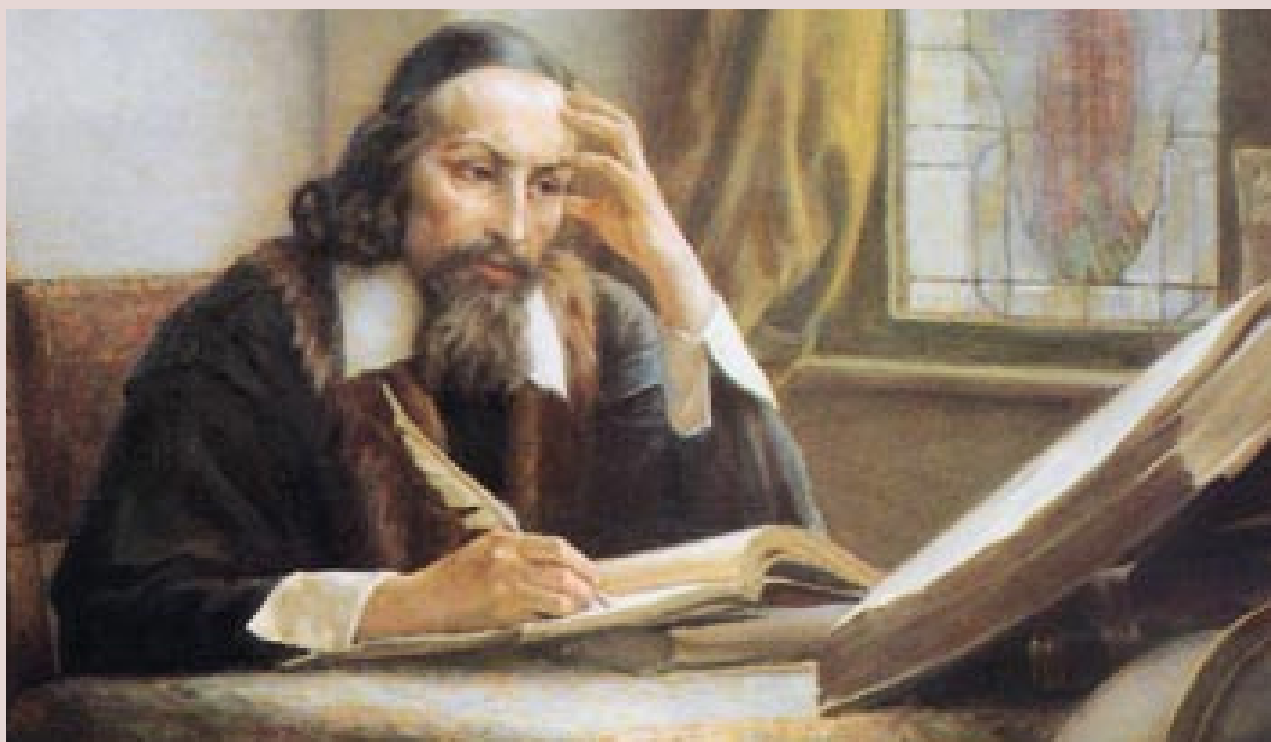
U Amsterdamu je sve počelo, u Biblioteci, u kojoj knjige, prevodi i studije o Janu Amosu Komenskom (John Amos Comenius), kao i slike okačene po zidovima Biblioteke, jasno otkrivaju da je on “superstar”, neponovljivi genije duhovnog čovečanstva. Osim u pedagoškim krugovima, kod nas se u javnosti o njemu zna malo ili gotovo ništa, a još manje se zna šta mu sve dugujemo, a da to i ne znamo.

Nedavno me pozvao Emir Kusturica i oslovio me: profesore. Iako se znamo od ranije, iako zna da nisam profesor, valjda što i njega svi oslovljavaju sa profesore, oslovio me tako, što Bosanci kažu šalakovika, i ne znajući da sam baš tih dana svodio račune o poreklu i vrsti zanimanja u svojoj porodici, u kojoj su svi, doslovno svi, i po očevoj i po majčinoj liniji bili: učitelji! Baš sam tih dana otvorio sva hipotetička mesta u bliskoj prošlosti i došao do zaključka, neočekivanog, da i sam imam sklonost i privlačnost ka učiteljskom pozivu, mada se time nikad nisam bavio. Kusturica me je, ne znajući sve to, namerno oslovio sa: profesore.



Niko kao Komenski nije pisao o deci, a pred očima mi je slika moje majke, koja donosi plave vežbanke iz škole – predavala je maternji jezik (termin koji je prvi uveo u praksu Komenski), i gotovo uvek, dok ocenjuje dečije radove, plače! Ona sigurno ništa nije znala o Komenskom, ali bi Komenski sigurno znao zašto ona plače.

I napokon, baveći se prehrišćanskim i hrišćanskim korenima masonske ideje, ohrabren radovima u amsterdamskoj Biblioteci, došao sam do knjige "Via Lucis" Jana Komenskog I počeo da vrtim glavom u neverici, zatečen neobičnom podudarnošću, da sam svoj programski rad, namenjen razvoju i viziji srpske masonske ideje 2017. godine nazvao: "Put Svetla ", a da o Komenskom, priznajem, nisam tada znao baš mnogo.



Kako su se "otkrića" otvarala kao zasebni univerzumi, Komenski je čas svetleo kao original tvorac modernog, trostepenog obrazovanja, čas kao preteča i utemeljivač epohe Prosvetiteljstva, čas kao saučesnik i tvorac rozenkrojcerske ponude za duhovnu obnovu čovečanstva, čas kao "ko-autor" prve masonske Konstitucije...

Jednostavno, kroz sve što čovek današnjice prolazi, od predškolskog uzrasta, osnovne škole, Univerziteta, pa dalje duhovne nadgradnje, nosi pečat njegove misli i dela.

Počeo sam da zapisujem sledeće:

"Rođen je 28 marta 1592 u Moravskoj, u porodici koja je pripadala Moravskom ili Bohemijskom Bratstvu, koje se nazivalo i Jedinствена Браћа (Unity of Brethren) ili na češkom "Jednota Bratska", nastavljajući prve reformisane crkve u svetu (Jan Hus).



Komenijus je nakon verskog obrazovanja postao i pastor Bohemiskog Bratstva, ali kada je 1620. godine Ferdinand II osvojio Bohemiju sa vojskom Katoličke lige, i Habzburgovci uvode jezuitsku upravu i inkvizitorski katolicizam, pljačkaju, plene imovinu i hramove, ubijaju i proteruju Protestante, Komenski odlazi u progonstvo i do 42. godine se ne vraća u Moravsku. Sve što je uradio, uradio je u izgnanstvu. Najpre da vas obavestim šta je sve uradio: U oblasti obrazovanja (formiranja) kako mi nazivamo školstvo, smatrao je da učitelji treba da slede otiske prirode, ili prirodni put u vaspitanju dece.

Smatrao je da svi ljudi, koje god da su uzrasta, rase, staleža ili pola imaju pravo da raspolažu svim znanjem sveta ili tzv. Univerzalnim učenjem. Zalagao se da se umesto parohijalnih (latinskih) škola, koje su bile isključivo unadležnosti crkvenog klera, oforme narodne škole, koje mi danas nazivamo osnovne škole, u kojima bi se učio maternji jezik i i još jedan univerzalni jezik, koji je u to vreme bio latinski. Nakon osnovnog obrazovanja svima je pripadalo pravo na naprednije znanje, koje bi bilo dostupno kroz srednje i akademsko obrazovanje. Ovakav trostepeni sistem obrazovanja prihvaćen je danas u celom svetu i do Komenijusove reforme nije postojao u zvaničnoj formi. Predmetna nastava je isto tako njegov patent i za svaki nivo obrazovanja bi se uvodili novi predmeti, koji su imali drugačiju sazajnu doktrinu i metod. Međutim, njegov sistem nije trostepen, kao što bi pomislili, već je četvorostepen, jer je on uveo i takozvane „materinske škole“, što bi danas odgovaralo predškolskom obrazovanju i one bi se odvijale u najvažnijoj obrazovnoj ustanovi – porodičnom okruženju. Prvi je sastavio slikovnice i „bukvar „ za materinske škole i prvi uveo pravilo da deca, zbog svoje emocionalne, fizičke i mentalne zrelosti, ne bi trebalo da krenu u narodne škole pre šeste godine života.

Smatrao je da je jezik najvažnije sredstvo obrazovanja i da je negovanje i poznavanje maternjeg jezika osnovna dužnost porodice. Maternji jezik, kao sintagma, ulazi u masovnu upotrebu tek od Komenijusa. Bio je protiv toga da se odrasli krevlje pred decom i da im tepanjem kvare pravo značenje jezika. Međutim, smatrao je da je u spoznaji sveta i pojava potrebno još nešto više od maternjeg jezika, a to je jezik prirode koje je u slikama i zvuku. Zato je prvi počeo da koristi slike, mape, alegorijske predstave, karte i druge vizuelne efekte i uveo dramu u učionice, pokazujući da je igra i igrokaz, kao i dečija igra, ravnopravan metod učenja.



U oblasti prirodne filozofije, filozofije morala i teologije, Komenski je bio najviše zainteresovan za "pansofiju" ili nauku o svim pojavama u svetu. Iz njegove prepiske sa Johanom Valentinom Andreom, još jednim protestantskim pastorom koji je svetu poslao ponudu o dubokom duhovnom preobražaju čovečanstva, jasno je da je Komenski bio jednako i sledbenik i saučesnik u formiranju rozenkrojcerske ideje.

Komenijus je verovao da postoji samo jedna istina: "Svetlost razuma mora se potčiniti Božijoj volji" (The light of reason must submit in obedience to the will of God) i to je bio njegov osnovni pedagoški i filozofski princip. Po njemu je "pansofija" predstavljala ujedinjenje svih naučnih, filozofskih, političkih i religioznih znanja u jedan sveobuhvatan i harmonizovan pogled na svet, koji je naglašavao političko jedinstvo, duhovno iskupljenje i versko pomirenje kroz saradnju u obrazovanju.

Filozofija pansofizma se odnosila na obrazovanje svih i svakoga u svakodnevnom životu i pozivala se na sistematsko harmonizovanje osnovnih principa u razvijanju celokupnog znanja: još jednom osnovna ideja o vaspitanju čoveka i čovečanstva do čovečnosti. "Ideja prirodnosti kao temelj didaktike. Poštovanje deteta. Princip igre."

Komenski odbacuje svako nasilje, u svim segmentima postojanja. U ratovima i nasilju vidi samo destrukciju, nesreću i razaranje ljudskosti i morala (Spevak, 2003). Ako čovečanstvo želi da izađe iz „krvavog lavirinta“ mora se okrenuti istinskom (pansofijskom) znanju i onima koji jedino mogu ostvariti ideju (pan)harmonije na ovom svetu – deci. To je moguće ostvariti, ubeđen je Komenski, pomoću didaktike, koja omogućava da taj proces protekne brzo, pouzdano i na prijatan način, koja je dakle zasnovana na ideji prirodnosti. Na jednoj strani radi se o tome kako funkcioniše priroda sama, a njene modalitete, kada ih upoznamo, možemo onda da primenimo na sve slojeve stvarnosti, pa i na samu ljudsku delatnost, pa i na didaktiku kao veštinu. To je ideja paralelizma i sinkretičke metode, koja se sastoji u uverenju da je stvarnost jedinstvena, povezana i usaglašena, te ako njene principe upoznamo u jednom njenom sloju – recimo na nivou prirode – možemo zaključiti da ti isti principi važe i funkcionišu i u ostalim segmentima sveukupne stvarnosti. Na drugoj strani, radi se o prirodi čoveka, pa i deteta, koju Komenski, za razliku od dominantnog srednjevekovnog shvatanja na Zapadu (stigma praroditeljskog greha), pa i shvatanja reformacije 16. i 17. veka, sagledava i tumači u ključu antropološkog optimizma – kao pozitivnu, koja je aktivna, teži samorazvoju i (samo)ostvarenju u duhu humanistički vrednih postignuća.

Omnia sponte fluant, absit violentia rebus.

(Neka sve teče spontano, bez nasilja)

Mnogi autori isticali su da priroda i prirodnost čoveka imaju u vaspitnom sistemu Komenskog centralni položaj (Maňák, 1991). Prema Flosu, Komenskijevo *omnia sponte fluant...* je u tesnoj vezi sa njegovim univerzalnim sve popravnim konceptom, prema kome treba da budu odstranjeni svi oblici pritiska, koji ugnjetavaju ljudsku prirodnost (Floss, 2005, prema: Svoboda, 2010). Početak toga mora da bude već u vaspitanju u školi, koja treba da bude „radionica ljudskosti“.

Absit violentia rebus (bez nasilja, neka stvarima odsustvuje nasilje) znači slobodu savesti i versku toleranciju. Komenski cilja na mirnu koegzistenciju naroda, država i konfesija i – prema Flosu, time prevazilazi okvire ne samo svoje verske zajednice, nego i horizont reformacije 17. veka. Kažimo sasvim na kraju da je Komenski bio čovek otvorenog uma, zahvaćen velikim oslobađanjem ljudske naučne misli u 17. veku i početkom epohe velikih naučno-tehnoloških otkrića.





Naglašavao je da je sumnja, a ne puko saglašavanje uslov napretka, prihvatao je, radovao se i bio ponosan na napredak u nauci i tehnologiji, ali nikad nije odustajao od svoje univerzalističke, panharmonijske ideje, te je u skladu sa tim fomulisao i svoj odnos i prema ovoj temi: od nauke i tehnologije možemo mnogo toga dobiti, ali ako od njih očekujemo spas bićemo kao veverice zarobljene u kavezu od sopstvene ludosti. Izuzetna misao, dostojna ogromnih izazova 21. veka.

Možda pomislimo na Bohemiu zbog boema po kafanama, možda pomislimo na Čehe koji su nam napravili prve pivare i šećerane, sigurno znamo da je prvi fudbal donet iz Češke, kao i prve Sokolske gimnastičke vrste, ali bilo bi jako lepo, ako bi se setili, dok šapućemo deci bajke pred spavanje ili im pravimo papirnate zmajevе, da je Maternji jezik jedina domovina u koju uvek mogu da se vrate. Tada bi trebalo da ustanemo i da se poklonimo sećanju na: Jana Komenskog

(Zoroslav Spevak: IDEJA PRIRODNOSTI – TEMELJNI PRINCIP DIDAKTIČKOG SISTEMA J. A. Komenskog – PEDAGOŠKA STVARNOST LXVI, (2020), Novi Sad)





DUHOVNI SAVETI

(iz knjige "Mir je svaki korak" – Tič Nat Han)



DUHOVNI SAVETI

(iz knjige "Mir je svaki korak" – Tič Nat Han)

- Nemoj da budeš idolopoklonik bilo koje doktrine, teorije ili ideologije. Svi sistemi mišljenja su vodiči, oni nisu apsolutna istina.
- Nemoj da misliš da je znanje koje sada poseduješ nepromenljiva, apsolutna istina. Izbegavaj da budeš skučenog uma i vezan za način na koji sada vidiš stvari. Uči i upražnjavaj nevezivanje za gedišta da bi bio otvoren za stavove drugih. Istina je u životu, ne u pojmovnom znanju. Budi spreman da učiš kroz čitav život i da stalno posmatraš šta se zbiva u tebi i u svetu.
- Nemoj nikada da prisiljavaš druge, uključujući i decu, da usvoje tvoje poglede, koristeći pri tome autoritet, nagrade, novac, propagandu, ili obrazovanje. Ipak, kroz razgovor pomози drugome da se oslobodi fanatizma i uskogrudosti.
- Nemoj da izbegavaš kontakt sa patnjom i ne zatvaraj oči pred njom. Nemoj da gubiš svest o postojanju patnje u životu ovog sveta. Nađi načina da budeš sa onima koji pate, uključujući i lične kontakte i posete, slike, zvuke. Na sve načine osveščuj sebe i druge da postoji realnost patnje u svetu.
- Nemoj da gomilaš bogatstvo dok milioni gladuju. Neka cilj tvog života ne budu slava, zarada, bogatstvo, čulna uživanja. Živi jednostavno i deli vreme, energiju i materijalna dobra sa onima kojima su potrebni.





- Nemoj da gajiš bes i mržnju. Uči da ih preobražavaš dok su još seme u tvojoj svesti. Čim se bes ili mržnja pojave usmeri svoju pažnju na disanje da bi video i razumeo prirodu tvog besa ili mržnje i prirodu osobe koja ih je prouzrokovala.
- Nemoj da dozvoliš da se izgubiš rasipajući se u svojoj okolini. Upražnjavaj svesno disanje da bi se vratio onome što se dešava u sadašnjem trenutku. Budi u kontaktu sa onim u tebi i okolini što je čudesno, osvežavajuće, lekovito. Sej seme radosti, mira, razumevanja u sebi da bi olakšao preobražavanje u dubini tvoje svesnosti.
- Nemoj da izgovaraš reči koje mogu stvarati nesklad i lomove u društvenoj zajednici. Učini svaki napor da oprostiš i razrešiš sve konflikte, ma koliko bili sitni.
- Nemoj da govoriš neistinu iz ličnog interesa ili da bi impresionirao ljude. Ne govori reči koje izazivaju podelu i mržnju. Ne širi vesti u koje nisi siguran. Ne kritikuj i ne osuđuj stvari za koje nisi siguran da su se dogodile. Govori uvek istinito i konstruktivno. Imaj hrabrosti da govoriš o nepravdi, čak i kada to može ugroziti tvoju ličnu sigurnost.
- Nemoj da koristiš religioznu zajednicu za ličnu dobit ili profit i nemoj od nje da stvaraš političku partiju. Ipak, religiozna zajednica treba da zauzme jasan stav prema ugnjetavanju i nepravdi i treba da teži promeni situacije bez upotrebe sile.
- Nemoj da se baviš profesijom koja je štetna za ljude i prirodu. Nemoj da investiraš u preduzeća koja ugrožavaju druge u njihovoj šansi da žive. Izaberi poziv koji će pomoći da ostvariš svoj ideal saosećanja.
- Ne ubijaj. Ne dozvoli da drugi ubijaju. Poštuj tuđu imovinu, ali spreči druge da se bogate na račun tuđe patnje.
- Nemoj da poseduješ ništa što treba da pripada drugima. Poštuj vlasništvo drugih, ali ih sprečavaj da se bogate na račun tuđe patnje.
- Nemoj da zanemaruješ svoje telo. Nauči da ga neguješ sa poštovanjem. Ne gledaj svoje telo samo kao instrument. Sačuvaj vitalnu energiju za ostvarenje Puta. Seksualnost ne bi trebalo da bude lišena ljubavi i predanosti. U seksualnoj vezi budi svestan buduće patnje koja može da usledi. Da bi sačuvao sreću drugih, poštuj njihova prava i odanost. Budi potpuno svestan odgovornosti donošenja novog života na svet. Meditiraj o svetu na koji donosiš nova stvorenja.



ČAROBNE KORICE PROJE

Piše: Dragan Đurić

ČAROBNE KORICE PROJE



Piše:
Dragan Đurić

- Neka ide Boriško...!

Zapovedi majstor Pera, određujući ko će, tog jutra, ići po hranu. Bilo je pola deset pravo vreme za doručak. Zvali su ga Boriško od milošte. Bio je najmlađi među šegrtima – tek šesnaest godina. Siroče, sa gradske periferije. Suvonjav – kao pritka... Otac mu je stradao pri kraju rata od tuberkuloze. Majka umrla tri godine kasnije. Ostao je sam sa ostarelom babom, dedom i pet godina mlađim bratom.

Nedostajala je hranilačka generacija: otac i majka. Baba i deda nisu više ni baštu mogli da rade. Rodbina i komšije su ih pomagali koliko su mogli. Išao je i na nadnicu, za parče hleba ili proje.

Teško je to vreme bilo. Poratne godine, veliko siromaštvo. Niko nije imao viška, svi su namicali. Glad je bila čest gost u oronulim seoskim kućama. Ubrzo je i deda umro. Solunac. Mnogo toga je “prebacio preko glave.” Pamtio je njegove priče o prelasku preko Albanije, ratnim godinama, o ruskom naletu preko sela oslobađajući Beograd.

Iz njegovog mesta se, do grada moglo doći jedino železnicom. Dva prolaska dnevno. Lokal staje u stanici njegovog sela u 05,00 i iz grada kreće u 06,00 po podne. Svi su se upravljali prema tom rasporedu.



Reči majstor Pere su ga grejale kao Sunce. Video je da računa na njega, pa i da trkne po doručak nikada mu nije bilo teško.

Bio je fizički slab, a za posao montera grejanja, to je bila jeres. Međutim taj nedostatak nadoknađivao je poslušnošću i marljivošću, hitrošću i iznad svega: željom za savlađivanjem zanata. Majstorima to nije promaklo, napredovao je iz dana u dan, i zbog toga su ga mило gledali i brzo zavoleli. Bio je najbolji od petorice primljenih.

Osećao je ljubav iz očiju majstor Pere koji je bio njegov učitelj i zaštitnik. Boriško se od njega nije odvajao...

Otrčao je brzo do Sarajevske u obližnji dućan. Majstori su voleli kobasice i hleb. Nije imao puno vremena. Za njih trojicu kilo kobasice i tri pogače.

A za njega...?

Tek mu je bila prva nedelja kako radi. Daleko je do prvih parica, ako ih uopšte bude... Zavisi da li će ga ostaviti na poslu. Majstori se još nisu izjasnili...

U džepu je imao korice proje, od sinoć... Baba ih je pokupila sa stola u i stavila mu u džep. Da mu se nađu. On je bio njihova jedina nada...

Grickao ih je kao miš... Da ga održe, da može da poslušna majstore.

Činilo se kao da imaju čarobnu moć, pa kako bi inače mogao da ostane čitav dan pored majstora, donosi alat, prinosi cevi, trkne po doručak...?!

Da, mora da su bile čarobne...

Majstori su bili nestrpljivi. Kao gladni vukovi "napali" su doručak koji im je doneo.

A on? On je, kobajagi, "nekim poslom" otišao na drugu stranu gradilišta. Da ih ne gleda, da može lakše da izdrži svoju muku...

Plašio se da ga gladni pogled ne izda. Istina, pitali su ga zašto ne jede sa njima, slaga ih kako je to već obavio. Krajičkom oka spazio je da su završili doručak. Pritrčao je i pokupio mastan mesarski papir u kojem su bile kobasice. Mirisao je – za gladnog momka, mmm...

Ubacio je papir u praznu zidarsku kofu. Pomerio je tu kofu nekoliko puta u toku prepodneva. Kradom bi vadio papir protrljao ga kroz ruke kako bi miris kobasica u njemu ostao što duže.

Mislio je na ono dvoje nejači kod kuće: bratu i babi, i tankim rezervama kukuruznog brašna. Hranila ih je njegova priča kako su ga majstori divno prihvatili i kako će doneti hleba iz Anđelkove pekare da se konačno svi najedu...



Majstor Pera je primetio njegovo često primicanje kanti, pa ga upita šaljivo:

- Ti bi radije u zidare, a mali...?!
- Ne bih, majstor Pero...
- Pa što se ne odvajaš od te zidarske alatke...!

U tom momentu, izdadoše ga prazna creva – zakrčala su. Bila su dovoljno glasna da je to majstor Pera mogao da čuje.

- Mali, pa ti si gladan – Boga ti poljubim detinjeg...!?! – prekorno će majstor Pera, ljuteći se na sebe što to nije ranije primetio.
- Ljudi, naš malac je gladan...! – povika on majstorku bratiju kao najstariji među njima. Društvo se brzo okupi oko njih.

Boriško se presavio, proklinjući izdajnički stomak. Bio je u nevolji, samo je mislio da ga ne oteraju. Kako će onda prehraniti one kod kuće, i – sebe. Bio je uplašen, njegov strah je sada bio vidljiv.

Majstori su ga prigrlili, očima punih suza spoznali su da su gladnog momka slali po doručak i dok su se oni "gostili" on se sklanjao od njih...

- Jesi li išta jeo...?

Boriško nevoljno izvadi nekoliko preostalih mrvica proje i pokaza...

- Ti si bio na mrvicama proje dok smo mi tamanili kobasice...?! – užasnuto će bratija.

Stidljivo je oborio glavu i rukama prekrio oči. Suze nije mogao da zaustavi, sramota ga je bilo njegove sirotinje.



Njegova tajna je otkrivena.

Šta sada?

- Ljudi gde će nam duša...! – u glas povikaše.

I dok je, njegov zaštitnik, majstor Pera mozgao šta da uradi, zadihani majstor Ljubinko dotrča noseći nekoliko pogača i par kilograma kobasica:

- Ljudi, hajde da malcu pravimo društvo...!

Svi su to razdragano dočekali. Kao da im je pao kamen sa srca. Osećanje da su pomogli svom sabratu i budućem kolegi bilo je veličanstveno.

Boriško nije mogao da poveruje šta se događa. Ovo je bilo prvo malo čudo koje mu se desilo u životu.

Pomisao na brata i babu nagnala ga je da u džep u kojem su do malopre bile korice proje, sada stavi malo kobasice i hleba – nije prošlo neprimećeno.

Majstori su ga pitali za koga to odvaja.

On tiho reče:

- Za mlađeg brata i babu... – opet zavlada muk.

- Ljudi, pa on je hranilac, on hrani brata i babu...!? – majstorskom iščuđavanju nije bilo kraja.

Za tili čas je prikupljeno malo para da se kupi hrane i za njih kod kuće, i dogovoriše se kako da pomognu Borišku do prve plate.

Ovaj događaj se dugo prepričavao na gradilištu.

Mešavina suza i kobasica bili su nektar – Božji dar, za njihovu plemenitu dušu...





Daglas Malok

Budi Najbolji

Daglas Malok

Budi Najbolji

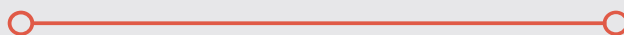
Ako ne možeš da budeš bor na vrhu
brega,
ti budi žbun na dnu doline,
ali budi onda najlepší žbun na dnu
doline.

Budi žbun ako ne možeš biti drvo.

Ako ne možeš biti žbun, budi trava,
budi put i usreći nekoga.
Ako ne možeš biti štuka, budi grgeč.
Ali budi najživlji grgeč u jezeru.

Ne možemo svi biti kapetani,
neko mora biti i posada.
Postoji težak i postoji lak posao.
Ali svi moramo izvršavati svoje
zadatke.

Ako ne možeš biti autoput, budi
puteljak,
Ako ne možeš biti sunce, budi zvezda.
Nije veličina ono zbog čega
pobeđujemo ili gubimo.
Već smo veliki ako smo najbolji što
možemo biti.





KAKO JE BEOGRAD POSTAO METROPOLA

Piše: Predrag Draško Vujović



Piše:

Predrag Draško Vujović

KAKO JE BEOGRAD POSTAO METROPOLA

Pre 50 godina, tačnije 04. decembra 1970. godine u jednom danu Beograd je dobio pregršt infrastrukturnih objekata koji su ga pretvorili u srpsku, jugoslovensku i balkansku metropolu. Bio je petak i čitav Beograd se sjatio na nekoliko ključnih mesta u gradu da pozdravi predsednika Tita i gradonačelnika Branka Pešića koji su otvorili "čudo izgradnje".

Toga dana su otvoreni:

- Auto put kroz Beograd od benzinske pumpe "ZMAJ" do Autokomande u punoj širini od 28 m sa po tri trake sa svake strane. Takav profil autoputa do tada nije postojao u Jugoslaviji;



Most preko Save nazvan GAZELA, dužine 332 m sa po 3 vozne trake sa svake strane i po jedna pešačka staza sa svake strane;

- Saobraćajna petlja MOSTAR koja se sastojala od ukrštanja saobraćaja na tri nivoa iz 6 pravca i sa 6 podzemnih prolaza;
- Saobraćajna raskrsnica AUTOKOMANDA;
- TERAZIJSKI TUNEL dužine 250 m, koji je omogućio najkraće povezivanje istočnog i zapadnog dela grada;
- Pešački prolaz u Nušićevoj ulici sa prvim dragstorom u gradu i
- Pešački prolaz na Terazijama kod bivše robne kuće BEOGRAD.

Ovoliko važnih, skupih i komplikovanih saobraćajnica odjednom nisu mogli da izgrade mnogo veći i bogatiji gradovi u Evropi toga vremena. Tito je u pratnji supruge Jovanke, zajedno sa gradonačelnikom Brankom Pešićem i njegovim saradnicima koji su bili najzaslužniji za ovakav uspešni poduhvat, obišao sve objekte i svi su iskreno bili zadivljeni ovakvom izgradnjom. Hiljade građana, sa gostima i domaćinima, podelilo je radost što je Beograd dobio ovako vredne i korisne objekte.

Glavna ličnost je svakako bio gradonačelnik Branko Pešić.

Ko je bio Branko Pešić i zašto je i posle 35 godina ostao legendarni gradonačelnik?

Mnogo je različitih likova prošlo kroz istoriju glavnog grada u zadnjih pola veka, ali malo je njih koji su kod skoro svih građana ovoga grada dobili tako visoku ocenu: najbolji gradonačelnik.



On je bio predsednik Skupštine Beograda, gradonačelnik, u periodu od 1964. do 1974. U tom razdoblju Beograd je od grada postao metropola u pravom smislu te reči. Mnogi taj period razvoja i izgradnje glavnog grada Jugoslavije nazivaju zlatnim periodom. Da ništa drugo nije napravljeno u gradu za njegovo vreme, saslužio bi taj naziv – najbolji gradonačelnik. Međutim, u njegovo vreme je izgradjeno još mnogo toga. Na primer, skoro svaka opština je dobila sportski centar (Pinki, Banjica, Pionir, Olimp, Vračar, 25 maj, Hala sportova na Novom Beogradu i drugi). Posle 15 godina čekanja završen je hotel JUGOSLAVIJA, izgradjena je "BEOGRAĐANKA" kao i Muzej savremene umetnosti. U njegovo vreme osnovan je Studio B, kao prvi i jedini gradski radio. Manifestacije: BITEF, FEST, BEMUS.

Grad Beograd je u periodu od 9 godina, kada je Branko Pešić bio gradonačelnik, narastao od 680.000 na 920.000 stanovnika. Zato je u Beogradu izgradjeno 86.000 stanova i 66 osnovnih i srednjih škola.

Eto zašto su ga još zvali i Perikle iz Zemuna...





Šta je još bio Branko Pešić?

Bio je revolucionar, bio je borac, bio je političar, bio je organizator, bio je graditelj i najvažnije, bio je zaštitnik Beograda. Teško je pohvatati sve njegove aktivnosti i angažovanja.

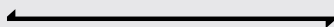
Pokušaću ukratko da nabrojim neke od njih.


Branko Pešić rođen je 1. oktobra 1922. godine. Osnovnu školu i gimnaziju je pohađao u Zemunu, studirao je pravo na Beogradskom univerzitetu. Onda je došao rat. Pešić je učestvovao u Narodno oslobodilačkoj borbi od 1941. godine.

Učestvovao je u bici na Sutjesci, a bio je teško ranjen u borbi za Bjeljinu. Učestvovao je u borbama za oslobodjenje Beograda i Zemuna. Kada je krenuo u partizane, majka ga je zamolila da mladjeg brata nikako ne vodi sa sobom. Branko je taj zahtev ispunio sve do oslobodjenja Beograda. Kada su partizanske jedinice uz pomoć Sovjetske vojske ušle u Beograd i nastavile da gone neprijatelja u pravcu zapada, Brankov mlađji brat se, u euforiji koja je nastala zbog pobeđe, priključio partizanskim jedinicama. Nažalost, poginuo je u borbama na Sremskom frontu. Branko to nikada nije mogao da preboli.

Posle rata, Branko završava Višu političku školu i obavlja razne državno-političke dužnosti. Nosilac je Partizanske spomenice 1941. i drugih jugoslovenskih odlikovanja, među kojima je Orden junaka socijalističkog rada. Od 1965. do 1974. bio je predsednik Skupštine grada Beograda. Posle 9 godina, kao prvi čovek grada, Pešić je bio podpredsednik Skupštine SFRJ do 1978., a do 1982. je bio podpredsednik Predsedništva SR Srbije. Od 1982. do 1984. nalazio se na mestu predsednika Skupštine SR Srbije.

Umro je u Zemunu 1986. godine ne dočekavši penziju. Sahranjen je u porodičnoj grobnici na Zemunskom groblju. Iza sebe je ostavio dve ćerke, Branislavu i Sofiju i sina Lazara. Za sve što je učinio za Beograd, beogradjani su mu se veoma skromno odužili. Jedna osnovna škola i jedna ulica u Zemunu nose njegovo ime. Medjutim, u srcima mnogih je ostao kao najomiljeniji i najuspešniji gradonačelnik Beograda, kao naš čika Branko.





**ČOVEK I
NJEHOV
POLOŽAJ U
KOSMOSU**

Piše: Milan Manas



ČOVEK I NJEGOV POLOŽAJ U KOSMOSU

Piše: **Milan Manas**

Sve više smo svedoci sveta koji iz godine u godinu doživljava ogromnu transformaciju. Ljudski um iz dana u dan prevazilazi sa vremenom sve tehnološke sfere.

Postajemo polako svedoci jednog vremena gde robotika polako preuzima uloge nad onim što su nekada krojile ljudske ruke. I što je čovek bliži digitalnom i modernom vremenu on je takođe sve udaljeniji od svoje sopstvene prirode, gde svet postaje mehanizam koji polako guta celu populaciju, pokušavajući da je preoblikuje u samo jedan šablon po svojoj meri. Šablon u kome ćemo svi koračati poput produkta na fabričkoj traci.

Čovek je uporan u večitoj trci da spozna kosmos koji se u skladu sa zakonima vremena takođe menja, pa ono što nam je bilo važno kao naučno otkriće od juče, stavlja sebe pod znak pitanja već danas, a već sutra važna otkrića više nemaju svoje mesto u svetu nauke.

Čovek vremenom postaje sve u vidljivom svetu promena, ali takođe i gubi nad sobom svoje vlasništvo. Bivajući polako produkt korporativnog sveta. Poput digitalnog primata koga polako gutaju Svetski potrošački sistemi i bespoštedni monopoli u kome nestaje njegov pravi smisao?

A šta je smisao čoveka i odakle treba početi sa njegovom realizacijom? Jednostavno dovoljno je uperiti prst u sebe i krenuti involutivnim putem. Krenuti putem izvora, putem o kojima pričaju veliki avatari i heroji jednog doba koji su nam ostavili svoje herojske podvige kroz arhetipski i mitološki prikaz borbe čoveka sa bogovima i demonima kroz lavirinte izazova, kako bi on sam našao izlaz ili ulaz u svoje sopstvene vrednosti u kosmosu. A gde su sve te borbe i gde započinju do u nama samima.



Latinska poslovice nam govori mnogo više u jednom natpisu nalaze se reči:

"Vivamus ut vos have ut satus a belli in pace" - "Da bi živeo u miru moraš započeti rat".

Kakav je to rat sa kojim se čovek mora suočiti?

To je rat za Arijadninu nit, to je rat za zavetnim kovčegom, to je neutoljiva žeđ za Svetim gralom. To je potraga za Solomonovim hramom čiji zidovi su naše zone komfora, i koji se postepeno otkriva kroz poznavanje kosmosa.

Ulazak u sebe je izlazak iz običnog sveta, biti intronaut znači biti poput onoga koji putuje u sebe. Jer, najveće tajne su sakrivene i zakopane u čoveku samom, jer čovek će svuda tragati i osvojiti sve ali u pravoga sebe, on će poslednje pogledati.

Ko spozna sebe spoznao je Svemir.
(Stara alhemičarska izreka)

Naučnici tvrde, a o tome pišu i Upanišade (drevni hinduistički sanskriti), kao i čitavo savremeno viđenje kvantne fizike da je ceo kosmos zapravo u samom čoveku. Zvezde i galaksije se ne nalaze u vidljivom ili nevidljivom univerzumu miljama daleko od nas, već su slika u našem mozgu koji reflektuje očni nerv. Gde impuls dostavlja informacije u vidu električnog kola kreirajući sliku poput holograma u mračnom delu ljudske lobanje (poput platna u bioskopskoj sali), što dokazuje da smo mi i kosmos jedno.

Dakle, dolazimo do zaključka da je čitav kosmos zapravo delo misli, a ne nekakvog objektivnog svemira onako kako ga mi doživljavamo i koga veličamo, koga osuđujemo i od koga se ograđujemo, stvarajući tako ego-identitet, individualnog posmatrača čiji je fokus na ono spolja. Posmatrača koji sam zapada u identifikacije onoga što stvara, poput glumca izgubljenog u svojoj predstavi, izgubljenog večito u svojoj glumačkoj usnuljoj kreaciji.

Ovakav put se u mističnom svetu naziva "putem sna", gde čovek sanja jedan svet za koji misli da je stvaran, stvarajući tako vrzino kolo, on u tom istom svetu i umire i ponovno se rađa (hronološki).

Dok ne započne potragu za svojom domovinom, potragu za samim sobom kojeg je izgubio? U većini slučajeva ovakav put samopotrage je prioritet i uvek je dobrodošao. Na njegovom početku mi upoznajemo zakone, zatim sile i vektore jedinica, koje deluju nad čovekom stvarajući mu ono što on laički naziva sudbinom?

Samom spoznajom ovih zakona i sila koje deluju na njega čovek dobija jednu kvalitetnu notu koja ga zapravo oslobađa ovih dejstava i gde on postaje vladar svoje sudbine. Prvo upoznaje zakone uzroka i posledica zatim ih ispravlja i na kraju neutrališe, uspešno izbegavajući ono što mu otežava život kao i put kretanja ka sebi, dok ne postane sam sebi: put, istina i život.

Što je bliži sebi, ovi zakoni i sile imaju drugačije dejstvo nad njim. I ako se ovde razrešenje ne nalazi u snazi tih sila, već u čovekovom razumevanju kako mehanizmi kosmosa pravilno funkcionišu. On ih ne vidi ali ih postaje svestan.

Dobijajući uvid da je sam sebi cilj i prepreka do konačnog uskrsnuća. Da je on oroz na ono sa što zove sopstvenom realnošću, raslojavajući tako sebe na slojeve ličnosti koje ostavlja iza sebe poput zmijske košuljice.

Iako su u mnogim ezoteričnim učenjima zmijske mistična simbolika. One upravo predstavljaju način transformacije otrova u lek. Baš takav je i ljudski ego on mora proći kroz alhemičarske opuse, kako bi na kraju postao lekovit. Poput i zmijske prirode on mora da trascendentira samog sebe, kretajući se vertikalnim putem:

"Od žlezda do zvezda, od mikro ispoljavanja do makro ostvarivanja".

Da iz htonske prirode dotakne Uranovsku prirodu prirodu Nebeskog. Ono što se tada otkriva posmatraču jednako je otkrivanju najveće enigme kosmosa.


"Dve najvažnije stvari u tvom životu su dani kada si rođen... i dan kada spoznaš zašto si rođen".

Mark Tven

An abstract geometric design in a light green color, featuring several overlapping circles and intersecting lines, some solid and some dashed, creating a sense of depth and movement.

**SAPERE AUDE –
IMAJ
HRABROSTI...!**

Immanuel Kant

A portrait of Immanuel Kant, a German philosopher, shown from the chest up. He has light-colored hair, possibly powdered, and is wearing a dark coat with a white cravat and a decorative brooch. The background is dark and indistinct.

Immanuel Kant

SAPERE AUDE – IMAJ HRABROSTI...!

Prosvetiteljstvo predstavlja izlazak čoveka iz njegove samoskrivljene nezrelosti. Nezrelost je nemoć da se služimo vlastitim razumom bez vođstva nekog drugog. Nezrelost je samoskrivljena ako se njen uzrok ne nalazi u nedostatku razuma, već u nedostatku odlučnosti i hrabrosti da se njime služimo bez vođstva.

Sapere aude! Imaj hrabrosti da se služiš vlastitim razumom! To je dakle, glavna poruka prosvetiteljstva.

Lenjost i kukavičluk su uzroci zbog kojih tako veliki deo ljudi, premda ih je priroda odavno oslobodila od tuđeg upravljanja, ipak dragovoljno do kraja života ostaje nezreo i zbog kojih drugima biva sasvim lako da im se nametnu za njihove tutore. Veoma je udobno biti nezreo. Ukoliko imam dušebrižnika koji umesto mene ima savest onda, zacemento, nije potrebno da se sam trudim. Nema potrebe da mislim kada mogu samo da platim; neko drugi će već za mene preduzeti mrski posao.

Pošto su najpre zaglupeli svoju domaću stoku, brižljivo sprečavajući da se ta mirna stvorenja ne odvaže ni na jedan korak iz dupka u koji su ih zatvorili, ti tutori posle ukazuju na opasnost koja im pretila ako pokušaju da idu sami.

Svakom pojedincu je, dakle, teško da se izvuče iz nezrelosti koja je skoro postala njegova priroda. On ju je čak zavoleo, i nije za sada stvarno sposoban da se služi svojim sopstvenim razumom, jer mu nikada nije bilo dopušteno da taj pokušaj učini.





UTICAJ MISTIKE U SAVREMENOJ PSIHOTERAPIJSKOJ MISLI

Piše: Dr. Daniel Mešković, spec. psihoterapije



UTICAJ MISTIKE U SAVREMENOJ PSIHOTERAPIJSKOJ MISLI

Piše: **Dr Daniel Mešković**,
specijalista psihoterapeut

Kako mudri Solomon još davno reče: „Nema ničega novog pod kapom nebeskom“. U svetlu toga, možemo reći da i savremena psihoterapijska misao u dobroj meri, a da toga nije ni svesna, i te kako u svom teorijskom shvatanju psihologije i psihopatologije ličnosti, kao i psihoterapijskog rada u smislu pomoći osobi da smanji ili prebrodi svoje mentalne probleme, koristi davno poznate duhovne zakone.

Cilj ovog članka koji ćemo predstaviti u nastavcima u nekoliko narednih brojeva časopisa, je upravo da nas sve zajedno upozna i još jednom podseti na univerzalnost i večnost duhovnih zakona koji i te kako nalaze mesto u savremenoj psihoterapijskoj misli.

Ovo promišljanje će biti koncipirano u tri dela.

U prvom delu osvrnućemo se na Zakone broja 1 (jedinstva), broja 2 (dualiteta) i broja 3 (Zakon trougla), te pokušati ukratko da objasnimo kako čovek u svom razvoju kao vrsta, civilizacija i kao i u razvoju pojedinca u jednom životnom ciklusu na materijalnoj ravni) biva suočavan sa ovim zakonima i na koji način uči da ih majstorira. U drugom delu ukazaćemo na to kako nepotpuno ili loše majstoriranje ovih zakona dovodi do određenih problema u mentalnom funkcionisanju, upravo kako ih objašnjava i savremena psihoterapijska paradigma. U trećem delu ćemo se osvrnuti na savremene psihoterapijske intervencije i povezati ih sa primenom odgovarajućih duhovnih zakona, te pokazati da mnoge od tih savremenih intervencija i jesu u dobroj meri pomoć čoveku da nauči da majstorira ove Zakone.

Zbog ograničenosti prostora i vremena, u ovom izlaganju ću pod savremenim psihoterapijskim intervencijama pre svega podrazumevati sa jedne strane psihoanalitički i dubinski psihodinamski pristup (baziran na radu Sigmunda Frojda, Karla Gustava Junga, Karen Hornaj, Melanije Klajn), a sa druge strane kognitivno-bihejvioralni pristup, kome i sam pripadam (baziran na radovima Arona Beka, Alberta Elisa i drugih). To ne znači da iste ili slične zakonitosti ne možemo naći i u drugim psihoterapijskim modalitetima poput humanističkih pravaca, egzistencijalističke terapije i sl, ali ih ovde zbog nedostatka vremena i prostora nećemo iznositi.

1. Duhovni zakoni i razvoj čoveka kao vrste, te razvoj pojedinca u jednom životnom ciklusu

1.1. Tri bazična duhovna zakona

Na početku da se podsetimo kako glase i šta predstavljaju ova tri zakona.

Zakon jedinstva, zakon broja jedan, ukazuje početak, ono od čega sve proizilazi, odakle se širi i udvaja na dva, seme iz koga proizilazi svet oblika. To je latentna stvaralačka snaga, ona se zgušnjava do pra oblika. Tačka, simbol ovog zakona, predstavlja jedinstvo, iz koje sve proizilazi i u koje se opet sve vraća.

Zakon dualiteta, zakon broja 2, kaže da sve što postoji odmah stvara svoju suprotnost, svoj suprotni polaritet. U materijalnom smislu to su kategorije poput: muški i ženski pol, levo i desno, svetlo i tama, zdravlje i bolest, gore i dole, levo i desno. U mističnom smislu to su: Duh i Univerzalna duša, nadsvest i podsvest, subjektivna i objektivna faza nadsvesti, životna snaga sa pozitivnim i negativnim polaritetom, duševna esencija i duševna osobnost, individualna podsvest i kolektivna podsvest, levi i desni stup Drveta života, itd.

Zakon trougla, zakon manifestacije, zakon broja 3 kaže da manifestacija nastaje sjedinjenjem dveju suprotnosti, dva polariteta (pozitivnog i negativnog, što ne znači nužno dobrog i lošeg), te da na osnovici jednog trougla (tačke A i B) ta dva polariteta interaguju, postiže se dinamička ravnoteža i kao rezultat te međusobne interakcije nastaje tačka C, tj manifestacija. U ovom trenutku možemo sebi da pribeležimo i da kasnije razmislimo o tome, šta bi recimo bila tačka manifestacije (C), ako bi polariteti u osnovici bili: pravo/milosrđe, slabost/snaga, akcija/meditacija. Prema ovom Zakonu, savršenstvo je uvek tek u trinitetu, ne u fiksiranju na jedan od ova dva polariteta. Tome treba dodati i Zakon uspona koji kaže da se usavršavanje uvek stvara kroz tri etape: početak, međustanje i savršenstvo, kao i Zakon trostruke konjukcije da svi elementi moraju biti povezani sa trostrukom konjukcijom. Videćemo kasnije koliko je sve ovo od neprocenjive vrednosti u savremenoj psihoterapiji, kada se ovi zakoni pretoče u konkretan kontekst psihologije ličnosti i psihoterapijskog procesa.



1.2. Individualni razvoj čoveka i postavljanje granica

Da bi smo ilustrovali kako se od Zakona jedinstva u ljudskom iskustvu prelazi na zakon dualiteta, pođimo od naizgled veoma jednostavnog, a zapravo jednog od možda najtežih od svih ljudskih pitanja: „Ko sam ja?“. Odgovori mogu biti različiti (neki od nas bi verovatno rekli da smo dualitet u trinitetu J), ali umesto što bi se sada bavili različitim odgovorima, hajde za trenutak da bacimo pogled na sam proces koji se zbiva kada se osoba zapita, a zatim pokuša da odgovori na ovo pitanje („Ja sam otac i advokat“, „Ja sam lekar i psiholog“, „Ja sam rozenkrojcer“, „Ja uživam u igranju basketu“..). Dok odgovaramo na ovo pitanje, opisujemo, objašnjavamo ili čak iznutra doživljavamo svoje „ja“, mi svesno ili nesvesno crtamo liniju oko svog polja iskustva, pa sve ono što je unutar te granice doživljavamo kao „ja“, a sve što je van te granice kao „ne-ja“. Kada odgovaramo na pitanje „Ko sam ja“ mi povlačimo liniju razgraničenja između onoga što jesmo i onoga što nismo i opisujemo ono što je unutar te granice.



Kriza identiteta se može javiti onda kada ne možemo da odlučimo kako ili gde da povučemo liniju. Svi odgovori na pitanje „Ko sam ja“, nepogrešivo proizilaze iz osnovnog postupka povlačenja linije razgraničenja između sopstva i ne-sopstva. Kada se glavne granične linije jednom iscrtaju, odgovori mogu dobiti veoma složenu dimenziju, a mogu ostati i na jednostavnom stupnju, ali se u svakom te granice mogu i menjati. Do najkorenitije promene mape, odnosno prekrajanja granica dolazi prilikom iskustva vrhovnog identiteta, mi bi rekli kratkotrajnog spajanja sa Kosmičkom svešću, u iskustvu u koje se uključuje čitav Univezum. U tom iskustvu ne postoji spoljašnje i unutrašnje, te tako nema ni gde da se povuče linija razgraničenja. Ipak, to iskustvo „unio mystica“ neće biti predmet ovog izlaganja.



Nivoi graničnih linija

Najčešća granična linija koju ljudi povlače ili prihvataju kao pravovaljanu jeste granica kože koja okružuje celokupan organizam. Sve što je unutar kože je „ja“, a sve što je izvan kože je „ne-ja“. Ponešto izvan te granice može biti „moje“ (moj auto, moja supruga, moj posao), ali to nisam ja. I kada ovo kažem, verovatno većini nas ovaj odgovor, krajnje jednostavan, deluje i prihvatljivo. Ipak, stvari nisu tako jednostavne, tek smo počeli,.. I ako većina ljudi prihvata granicu kože kao granicu „ja“ od „ne-ja“, ona povlači još jednu, možda i značajniju granicu unutar samog organizma. Da bi smo to razjasnili, zastanimo opet za trenutak i zapitajmo se: „ Da li osećamo da smo telo ili da imamo telo?“. Većina ljudi doživljava da ima telo, da ga poseduje, a ono što je „moje“, po definiciji koju smo malopre postavili, leži izvan granice koja deli „ja“ i „ne-ja“. Dakle ako je „moje telo“, telo koje posedujem izvan te granice, šta je unutar nje? Većina nas taj deo, koji doživljavamo kao pravo sopstvo opisujemo kao um, psihu, ego, ličnost. Ova linija razgraničenja između uma i tela ni u kom slučaju nije prisutna tokom rođenja, kao što nije ni između tela i drugih spoljašnjih objekata. Ipak, prvim sazrevanjem, dete-čovek počinje da gleda na telo sa pomešanim osećanjima. Sa jedne strane, telo je izvor mnogih zadovoljstava, sa druge strane, telo je mesto čitavog spektra bolnih tegoba, bolesti, patnji. Za dete je telo jedini izvor prvih zadovoljstava, ali ujedno i prvi izvor bola i sukoba sa roditeljima, kada uči da obavlja svoje fiziološke potrebe na za to primeren način. Kasnije u toku života, čovek se dalje suočava sa nedostacima i ograničenjima svog tela, čak može i da ga se stidi, pa i mrzi.

Povučena je granica između uma i tela, pa čovek oseća da je um/ego (koristim ove pojmove u najširem smislu te reči), te se on tako poistovećuje sa manje ili više tačnom mentalnom slikom o sebi, skupa sa intelektualnim i emocionalnim procesima povezanim sa tom slikom. Dakle, prvo smo povukli granicu između našeg „ja - organizam“ i „ne-ja“ koristeći našu kožu. Zatim smo videli se dalje u okviru našeg „ja“ može povući dalja granica na naš „um/ego/sopstvo“ i naše telo. Ipak, ni to nije kraj. Iz različitih razloga, o kojima ćemo kasnije govoriti, osoba može da odbije da prizna kako su neki od aspekata njene sopstvene psihe – njeni.

Kako su to još stari psihoanalitičari govorili, počev od Frojda i njegove ćerke Ane Frojd, sa čime je saglasna i savremena psihoterapija, ako osoba ne želi da prizna neke aspekte sebe ili svog iskustva kao svoje, ona ih otuđuje, potiskuje, otepljuje ili ono što je najgore, projektuje u spoljašnji svet („Nisam ja taj koji je ljubomoran i zavidan, oni zavide meni“, „Nisam ja besan, on je neprijateljski raspoložen prema meni“). I tako osoba ponovo iscrtava još jednu graničnu liniju – između onog dela svoje ličnosti koji je prihvatljiv i željen, a koji su različiti autori opisivali različitim imenima „persona“, „idealni self“, „ego-ideal“ i onog dela koji je neprihvatljiv, neželjen nazvan „senka“, „prezreni self“ i sl. I tako, da bi definisali sebe, mi ucrtavamo granice i formiramo polaritete – ono što je unutar granice i ono što je van te granice.



I svaki sledeći nivo spektra je neka vrsta sužavanja ili ograničavanja onoga što osoba oseća „unutar i izvan granice“, nabož između polariteta postaje sve jači, unutrašnji konflikt raste, a linije razgraničenja postaju prave „borbene linije“. Na nivou organizma, neprijatelj može biti u neposrednoj okolini – društvo, poznanici, država i sl. Na nivou ega, nije samo okolina neprijateljska teritorija, već je to i naše telo koje je nisko, visoko, debelo, mršavo, bolesno, lenjo i sl. Na nivou persone/poželnog selfa, nije više samo okolina i telo potencijalno strano i neprijateljsko, već su to i delovi naše ličnosti koje ne želimo da priznamo kao svoje i koje guramo u nesvesno, potiskujemo i projektujemo kao strani sadržaj u našu okolinu. Ovo je bio jedan ontogenetski prikaz procesa kako čovek tokom svog individualnog životnog procesa, ne uočavajući i ne osvešćujući Zakon dualiteta i Zakon polarnosti pravi granice kao borbene linije i na kraju trpi posledice toga. Ovde imamo na delu nedostatak funkcionalnog majstoriranja Zakona dualnosti i Zakona trougla, koji ukazuju da suprotnosti moraju da postoje i da tek u njihovom dinamičkom sudejstvu nastaje stvarna manifestacija.

1.3. Razvoj čoveka kao vrste, razvoj civilizacije i postavljanje granica

Pojmovi se definišu preko svojih suprotnosti. Do sada smo razmatrali kako pojedinac tokom vlastitog razvoja, postavljajući granice, promašuje da sagleda funkcionalnost ova dva zakona i stvara sebi posledice. Sada bismo hteli pogledati šta se dešava u razvoju svesti čoveka kao vrste. Da li i na tom polju postoje ovakvi problemi? Da li ste se zapitali zašto se život za čoveka javlja u suprotnostima? Sve prostorne dimenzije su u suprotnostima: gore nasuprot dole, unutrašnje nasuprot spoljašnjem, visoko nasuprot niskom. Takođe i sve apstraktne, društvene i estetske vrednosti su uvek izražene u terminima suprotnosti: dobro nasuprot zlu, uspeh nasuprot neuspehu, jako nasuprot slabom, pametno nasuprot glupom, logika se bavi ispravnim nasuprot pogrešnom, ontologija bićem nasuprot ne-biću i sl. Sa druge strane, u prirodi ne postoje dobre i loše žabe, niti moralno i nemoralno drveće, ni lepo ni ružno cveće samo po sebi (tek mu čovek daje takvu vrednost). I ako se bol i zadovoljstvo pojavljuju u svetu prirode, oni nisu razlog za brigu. Kada ga nešto boli, pas cvili i ne jede. Kada je zdrav on se igra, maše repom i uopšte kao čovek ne brine, nije anksiozan povodom budućih nepravilnosti, niti žali zbog prethodnih bolova. Za njega je to prosta stvar. Deluje da priroda, biljke i životinje prihvataju suprotnosti daleko funkcionalnije nego ljudi i ne postavljajući na taj način granice kao čovek, ne vezuju se grčevito za jedan od polariteta i sebi otežavaju život. Kada i zašto je čovek to počeo da radi. Da bi na ovo pitanje odgovorili moramo da ukratko sagledamo razvoj ljudske svesti, a pre toga da uopšte i definišemo ljudsku svest.

Pojam svesti

U psihologiji, svest je sveukupnost vlastitih psihičkih doživljaja (oseti, opažaji, sećanja, mišljenje, predstave, osećanja) koje smo u stanju neposredno da opazimo i relativno jasno opišemo ili na drugi način izrazimo. Svest predstavlja sveukupnost psihičkih procesa, subjektivni doživljaj pojedinca i njegova samoopažanja. Znamo iz nekih duhovnih učenja da je ljudska rasa do sada prošla kroz 4 razvojne faze svesti (arhajska, magijska, mitološka i racionalna) i sada je na ulazu u fazu integralne svesti. Dok magijska (predstavljena tačkom), pa i mitološka svest (predstavljena krugom), još uvek „kruže“ oko zakona jedinstva, a između svesnih, individualno nesvesnih i kolektivno nesvesnih sadržaja ne postoji jasna granica, dotle racionalna svest (predstavljena trouglom manifestacije) ima za cilj da svaku pojedinačnu stvar rastavi, analizira, sakupi sve potrebne podatke, te na taj način umnoži racionalno znanje. Još u Starom zavetu vidimo simboličan prikaz Adama koji treba da imenuje životinje. Ali da bi ih imenovao on prvo mora da obavi postupak razvrstavanja. Prvobitni čovek je morao da nauči da povuče mentalnu liniju razgraničenja između različitih grupa životinja, kako bi im dodelio određene simbole, predstave, imena. Vekovima kasnije, Aristotel je u Antičkoj Grčkoj klasifikovao bezmalo svaki proces i stvar u prirodi, sa takvom tananošću i preciznošću, da je Evropljanima trebalo više vekova da ispitaju valjanost toga. Postavljeni su pojmovi nižeg i višeg reda, klase, kategorije, vrste i podvrste. I kada se jednom postave prve granice, tako da svet izgleda kao kompleks odvojenih stvari i događaja, tada možete da nastavite sa sve tananijim i apstraktnijim vrstama granica. I tako posle imenovanja i klasifikacije, „stupa na scenu“ Pitagora i uvodi proces brojanja. Jedno drvo plus drugo drvo su dva drveta, kao i jedna pomorandža i još jedna daju dve pomorandže. Broj dva se nepristrasno odnosi na bilo koju i na sve grupe koje sadrže dva elementa, pa ih tako prevazilazi. I tako se na granicu postavljenju klasifikacijom postavlja meta-granica brojanja. Osim pojedinačnih vrsta, sada imamo i „vrstu vrsta“. Razvojem nauke posle mračnog srednjeg veka, ne samo da su brojanje i merenje dostigli svoj vrhunac, već se uvodi i nova granica „meta-meta granica“ a to je promenljiva.

Kao što je na početku postojala vrsta/stvar, pa se brojanjem pripadnika određene vrste/stvari dobija broj koji može da predstavlja bilo koju stvar, tako sada promenljiva može predstavljati ma koji broj. Ova nova vrsta granice donela je novo znanje i nagli porast tehnološke i političke moći. Sada su mogli ne samo da se broje i mere elementi, nego da se istražuju apstraktni merni odnosi, te postavljaju teorije, zakoni i principi. I tako Ken Wilber, jedan od najuticajnijih savremenih filozofa duhovito primećuje:

„Zamislite samo: Adam je znao da imenuje planete, Pitagora je umeo da ih prebroji, a Njutn je mogao da vam kaže koliko su teške“.


Iz datog pregleda smo jasno mogli videti da u osnovi kako razvoja čoveka kao vrste, tako i individualnog razvoja, leži postavljanje granica. Svako postavljanje granica stavlja na snagu Zakone dualnosti i polariteta. I kako već i sami zakon dualnosti nalaže, i sam proces postavljanja granica ima svoju pozitivnu i svoju negativnu stranu, na šta ćemo se osvrnuti u sledećem poglavlju izlaganja. Nepoznavanje i manjak majstoriranja tih duhovnih zakona dovode do određenih poremećaja i u duhovnom i u psihološkom smislu, o čemu ćemo više govoriti u sledećem nastavku.





MOLITVA MALIH KORAKA

Antoine de Saint-Exupéry



Antoine de Saint-Exupéry

MOLITVA MALIH KORAKA

Gospode, ja ne molim ni za čudesu ni za priviđenja, već za snagu svakodnevnu. Nauči me umetnosti malih koraka.

Napravi me pažljivijim i snalažljivim, da bih se u raznolikosti svakodnevnog života zadržavao na otkrićima i iskustvima, koja me uzbuđuju.

Nauči me da pravilno raspolažem vremenom svog života. Podari mi fini dar da razlikujem primarno od sekundarnog.

Ja molim za snagu uzdržanosti i mere, da kroz život ne bih lepršao i skliznuo, već razumno planirao tok dana, da mogu videti vrhove i prostranstva, i da čak ponekad nađem vremena da uživam u umetnosti.

Pomozi mi da shvatim da iluzije nisu od pomoći. Ni sećanje o prošlosti, ni snovi o budućnosti. Pomozi mi da budem ovde i sada, i prihvatim ovaj trenutak kao najvažniji.

Spasi me od naivnog uverenja da sve u mom životu treba da bude glatko. Podari mi jasnu spoznaju da su teškoće, porazi, padovi i neuspesi samo prirodni sastavni deo života, zahvaljujući kojima rastemo i sazrevamo.

Podsećaj me da se srce često buni sa razlogom. Pošalji mi u pravom trenutku nekoga, ko ima hrabrosti da mi kaže istinu, ali da mi je kaže s' ljubavlju!

Znam da se mnogi problemi rešavaju, ako se i ništa ne uradi, zato me nauči strpljenju.

Ti znaš koliko nam je jaka potreba za prijateljstvom. Daj mi da budem dostojan tog najlepšeg i najnežnijeg Dara Sudbine. Daj mi bogatu maštu, da bih u potrebnom vremenu, u potrebnom trenutku, na pravom mestu, u tišini ili govoreći, nekome podario neophodnu toplinu.

Napravi od mene čoveka, koji zna da dopre do onih koji su zaista "na dnu".

Spasi me od straha da ću nešto propustiti u životu.

Ne daj mi to što ja želim, već to što mi je zaista potrebno.

Nauči me umetnosti malih koraka.

