

Tragom jedne samskare – Ne silazim jer će padati glave!

Objavljeno: 19.12.2011.

U ovom bih tekstu želio prikazati moguće dosege regresoterapije, postupka koji, kada se primjeni bez prejudiciranja i postavljanja bilo kakvih granica, dozvoljava osobi da, vođena podsvjesnim sadržajima, sama pronade uzrok ponašanju koje je moglo biti ograničavajuće za cijeli život. Isto tako, za ovo što slijedi u nastavku moglo bi se reći da je dobar primjer za usporedbu s nekim drugim psihoterapijskim pristupima jer sadrži regresiju (vraćanje u raniju dob) u nekoliko koraka koji bi se mogli postići i takvim pristupima, ali koji zbog postavljenih okvira i uvjerenja ipak ne bi mogli dovesti do trenutka u kojem se spoznao uzrok ograničavajućeg ponašanja.

Smatram da opisani primjer lijepo pokazuje učinke *samskare*¹ – pojma na koji mi je ukazao terapijski rad npr. dr. med. S. Sagana² i dr. R. Woolgera.³ Pojednostavljeno rečeno, riječ je o ožiljku na našem suptilnom (nematerijalnom) tijelu izazvanom snažnom emocionalnom reakcijom, koji kasnije ima tendenciju privlačenja sličnih situacija koje su ga i stvorile, što se ponekad može protezati i kroz nekoliko života. Iako su manifestacije samskare često negativne i ograničavajuće, pa bi se tragom toga moglo zaključiti i da su ih stvorila neka negativna/bolna životna iskustva, Sagan smatra da je za stvaranje samskare važniji emocionalni intenzitet proživljene situacije, a ne nanesena bol.⁴

Božena je žena u četrdesetim, obrazovana, vesele, plemenite i vedre prirode, s riješenim egzistencijalnim pitanjima, brižna, uvijek "pri ruci" kada treba pomoći, istinski suosjećajna bez pravih konflikata u privatnom životu i manje-više predvidivom količinom stresa na poslu, a što je ionako teško izbjeći u današnje vrijeme.

Od svoje rane dobi pamti jednu svoju čudnu reakciju koju nije uspjela svjesno povezati sa bilo kojim događajem iz njene prošlosti. Riječ je o određenoj vrsti iracionalnog straha (fobije) od visine, koji nije svojstven npr. osobama koje imaju strah od letenja jer se sasvim normalno u poslovnim putovanjima koristila avionom, niti je to strah pri npr. penjanju jer joj ne predstavlja problem popeti se na neko brdo ili vrh (dok god je postojala neka pješačka staza, obzirom da se nikad u ovom životu nije oprobala u planinarenju). Boženin strah od visine je bio posve specifičan i možda ga je najbolje objasniti na onome što joj se zadnji puta dogodilo tek nekoliko dana prije nego li smo napravili regresoterapiju opisanu u nastavku. Naime, toga dana u zanosu kućnog čišćenja (za koji kaže da joj je javlja u PMS-u) popela se na radnu plohu u kuhinji ne bi li počistila i svu onu prašinu po gornjim plohama kuhinjskih zidnih elemenata koja se ne može vidjeti, ali za koju žena u PMS-u dobro zna da je tamo i predstavlja pri-

1 Sanskrit: संस्कार, drugi nazivi: Sammkara, Saṅkhāra (ne treba miješati sa *samsara*)

2 Dr. med. S. Sagan: *Regression: Past-life Therapy for Here and Now Freedom*, Clairvision School, 1999.

3 Ph. D. R. J. Woolger: *Other Lives, Other Selves*, A Bantam Book, 1988.

4 Usp. Sagan, str. 10



jetnju s kojom se treba razračunati. "Uzela sam stolac" kaže "i bez razmišljanja sam se uzverala gore s krpom u ruci i počistila taj nered". I sve je bilo dobro dok je bila gore, ali u trenutku kada se sjetila da se treba spustiti (riječ je o točno 90 cm visine) kaže: "Smrznula sam se! Dlanovi su se trenutno preznojili i ni sama više ne znam kako sam se uspjela spustiti."

Opisana tjelesna reakcija bila je i ulazna točka u samu seansu. Prije nego li iznesem detalje samog rada možda je dobro za navesti još nekoliko "tehničkih" detalja. Boženi ovo nije bila prva regresoterapija, tragom nekih drugih neraskvijetljenih situacija već je imala prilike upoznati se sa samim postupkom. Prije bilo kakve regresije proveden je [postupak oslobađanja](#) koji je, rezultirao pronalaskom različitih entiteta koji su bili uklonjeni.

Za pristup nesvjesnim sadržajima poslužio sam se hipnotičkom indukcijom, postupkom koji uobičajeno koristim. Moguće da je ovakav pristup određenim psihoterapeutima ekstreman tj. predstavlja posezanje za krajnjim sredstvima. Takav stav je razumljiv obzirom da je najčešće u skladu s, usudio bih se reći, nepoznavanjem osnovnih stvari povezanih za ono što se podrazumijeva "pod [hipnozom](#)". S druge strane treba razumjeti i da bi cijela stvar mogla dobiti na (financijskoj) težini ako se osoba prvo odmara nekoliko mjeseci na kauču i na njoj isprobaju *sigurne* i prokušane metode. Kako god bilo, želim naglasiti da je ova seansa, ako uzmemo u obzir i da je Božena otišla i "dalje" od trenutka spoznaje u čemu je problem, trajala 40 minuta! Da, sama hipnotička indukcija također zahtjeva neko vrijeme: u ovom slučaju, obzirom da se koristila Elmanova indukcija,⁵ to je trajalo otprilike 4 minute. Ovako kratko vrijeme potrebno za dolazak do uzroka problema govori mi da je "stvar" bila zrela za rješavanje.

Kao što će se vidjeti u nastavku, hipnotička pobuda promijenjenog stanja svijesti nije korištena za *reprogramiranje* podsvijesti (izravnom sugestijom za suprotno djelovanje u ovom slučaju da se ne treba bojati silaska) kako bi se pokušalo neutralizirati ograničavajuće ponašanje što bi bio cilj standardnog hipnoterapijskog zahvata, već isključivo za postizanje "radnog stanja" potrebnog da bi se pristupilo podsvjesnim sadržajima i pokušalo doznati što je uzrok problema.

U nastavku slijedi transkript snimke seanse vođene 26.11.2011. koju donosim u cijelosti, s dodatnim objašnjenjima i komentarima.

Ljuljačka iz djetinjstva

Prvi povratak odveo nas je u djetinjstvo, što je, reklo bi se, znanstveno najmanje "kontroverzno"⁶, pa time i prihvatljivo i klasičnim psihoterapijskim pristupima. Božena se vraća u svoje rano djetinjstvo u dob od šest godina i potvrđuje stajališta psihoanalitičara kako je to pravo

5 D. Elman: *Hypnotherapy*, Glendale CA, Westwood Publishing Company, 1984. (©1964.)

6 Kod proučavanja različitih znanstvenih kritika teško je za ne primijetiti da riječ *kontroverzan* zauzima istaknuto mjesto. Čini se da ga kritičar standardno koristi kada priča o nečemu što je izvan njegova iskustva ili svjetonazora (i njegovog ega). Zbog svoje školovane uljudnosti, sve pazeći da svoju karijeru i dobru reputaciju ne dovede u pitanje (a zapravo zbog nedostatka argumenata) on upotrebljava ovaj "neutralan" (zapravo apstraktan) pojam.

mjesto na kojem treba tražiti uzroke iracionalnih strahova (fobija), **neuroza** i drugih poremećaja. Pitam se samo koliko je potrebno psihoanalitičkih seansi da bi se uspio locirati potisnuti događaj iz djetinjstva, što se u ovom slučaju dogodilo već u prvoj minuti nakon pobude promijenjenog stanja svijesti. Ponovno proživljavanje tog događaja nije izazvalo posebno jako emocionalno pražnjenje (abreakciju ili katarzu), ali je ukazalo na problem s disanjem, tragom čega se moglo nastaviti naše daljnje istraživanje.

- Denis Dok nabrojim do tri, dopustiti ćeš sebi da dođeš u jedan od prošlih događaja koji je važan i na neki način spojen sa problemom tvojeg spuštanja s malo veće visine kada ti se počnu znojiti ruke. ... (odbrojavanje) Reci mi gdje si i što se događa?
- Božena U dvorištu [stana iz djetinjstva].
- Denis Što radiš?
- Božena Igramo se na ljuljačkama.
- Denis Dobro, koliko imaš godina?
- Božena Šest.
- Denis Dobro, što se dalje događa?
- Božena To su ljuljačke koje nisu ljuljačke zapravo, tamo se tresu tepisi.
- Denis Što imaš na sebi?
- Božena Imam štrample bijele i žutu pletenu haljinu.
- Denis Dobro, jesi li sama ili je još netko s tobom?
- Božena Još ima jedna curica.
- Denis Je li dan ili noć?
- Božena Dan.
- Denis Dobro, gledaj što se dalje događa.
- Božena Tu su ljuljačke od konopca, samo stavimo karton i sjednemo. ... Žulja me taj konopac jako.
- Denis Gledaj dalje i javi mi što se događa.
- Božena (pauza) Pala sam na leđa.
- Denis Jesi li jako pala?
- Božena Ostala sam bez ... zrak mi je izbijen iz pluća, ... **pa sam jedva počela disati.**
- Denis Kako se osjećaš, jesi li na podu?
- Božena Ne, mama me podigla.
- Denis Tko te podigao?
- Božena Mama.
- Denis Što ti mama govori?
- Božena Mama kaže da će proći, da sam samo zecenila.
- Denis Što ti misliš u tom trenutku?

- Božena Kako sam nespretna.
- Denis Kako si nespretna? Aha. Osjećaš li u tijelu neku reakciju? Je li te boli neki dio tijela zato što si pala?
- Božena Ne, nego mi se sva energija povlači unutra.
- Denis Gdje? Gdje vidiš to povlačenje energije?
- Božena Unutra, od ruku i nogu prema središtu.
- Denis Dobro, i misliš da si nespretna? Kako se osjećaš zbog te misli?
- Božena **Strašno.** (pauza) Osjećam se kao da su druga djeca sva bolja od mene.
- Denis Aha, znači li to da se osjećaš manje vrijednom, može li se to tako reći?
- Božena **Osjećam se manje sposobno.**
- Denis Dobro. Što još?
- Božena (pauza) Ne znam uopće kako to ... kako se izraziti, nije me toliko briga što se oni neće htjeti sa mnom igrati ili ... ni ja s njima, jednostavno kao da mi to sve skupa nije ni važno.
- Denis Dobro, što ti je važno?
- Božena Moj mir.
- Denis Aha, pa je li ga imaš?
- Božena Imam ako se maknem od svih.
- Denis Gdje si sada?
- Božena U stanu sam, čitam strip.
- Denis Aha, hajde se vrati ponovno tamo na ljuljačku, trenutak prije pada. Polako idi naprijed i reci mi što se događa. Prođi ponovno kroz taj trenutak kada padaš.
- Božena Puknuo je konopac.
- Denis Dobro, odakle je mama došla?
- Božena Mama je došla odozgo sa trećeg kata.
- Denis Kako je došla? Čula te?
- Božena Da.
- Denis I ti se osjećaš sama?
- Božena Osjećam kako mi treba ta energija za unutra, da to počne ponovno raditi.
- Denis Da počne ponovno raditi, što?
- Božena Taj središnji dio, to gdje mi je nestalo zraka.
- Denis Aha ... jer ako to ne napraviš što će se dogoditi?
- Božena Pa neću prodisati.
- Denis I što će se onda dogoditi?
- Božena Onda ću umrijeti.

Radam se

Slijedeći skok u prošlost vodi nas tamo gdje npr. završava klasična psihoanaliza. Obzirom na dob u koju se Božena vraća, za pretpostaviti je da bi se različiti psihoanalitičari nastavili baviti skrivenim značenjem čitavog događaja, nestanka zraka i pokušali ga objasniti unutar okvira različitih teorija o kompleksima (Elektrinom/negativnom Edipovom, inferiornosti, itd). Za pretpostaviti je da bi npr. *moderniji* behavioristi imali svoje objašnjenje povezanosti između šoka pada s ljujačke i stvorene ograničavajuće promjene u ponašanju. Predstavnici nekih pravaca tzv. ego psihologije pokušali bi možda pronađenom pristupiti kao ego-stanju/pod-identitetu, koje bi vjerojatno pripadalo u kategoriju povrijeđenog unutrašnjeg djeteta (engl. *Inner child*) i pokušalo ga "iscijeliti".

Što god psihoterapeut ustvrdio, smatram da je njegovo mišljenje od drugorazrednog značaja za samu osobu koja intelektualno može prihvatiti takvo stručno objašnjenje ili ne, ali to teško da može biti usporedivo sa učinkom spoznaje, izrečene iz ustiju same osobe, na temelju izravnog iskustva.

Božena se sada vraća u trenutak rađanja koji je bio nadasve traumatičan – pupčana vrpca joj je bila omotana oko vrata i život joj je "visio o koncu". Freud se nije puno bavio traumom rođenja, ali je jedan od njegovih bliskih suradnika, O. Rank, već tada bio uvjeren da mora postojati određena povezanost između traume rođenja i npr. neuroza koje su se manifestirale u zreloj dobi. Nakon Ranka, N. Fodor je bio prvi koji je granicu još malo pomakao i želio ukazati i na važnost prenatalnih trauma (proživljenih u majčinoj utrobi).

Traumatskim iskustvom povezanim s porodom bavio se između ostalih S. Grof (utemeljitelj transpersonalne psihologije), koji je i ponudio četiri matrice koji čine Osnovne Perinatalne Matrice⁷ (engl. *Basic Perinatal Matrices*, ili BPM). Za pretpostaviti je da se Božena vratila onomu što po ovoj kategorizaciji odgovara BPM III ("borba između smrti i ponovnog rođenja"). Općenito govoreći, sada ipak već postoji određen koncenzus oko toga da je porod značajan za daljnje profiliranje osobnosti i psihološki razvitak osobe i među onima koji nisu zagovornici prenatalne i perinatalne psihologije.

Denis Dobro, dok nabrojim do tri dopustiti ćeš sebi da se **vратиш u neki sličan trenutak kada si ostala bez zraka i mislila si ako ne prodišeš da ćeš umrijeti**. (odbrojavanje) ... Ponovno si u sličnom trenutku kada misliš da će ako ne prodišeš da ćeš umrijeti. Reci mi gdje si i što se događa?

Božena (pauza) (jako tiho) Rađam se.

Denis Rađaš se? Dobro, što se događa?

Božena **Pupčana vrpca mi je oko vrata.**

Denis Kako se ti osjećaš?

Božena Ne osjećam se više.

7 Usp. S. Grof: *Beyond the Brain - Birth, Death, and Transcendence in Psychotherapy*, Albany, N.Y., State University of New York Press, 1985.

- Denis Što je s tvojim zrakom?
 Božena (jedva čujno) Nema ga.
 Denis Ostala si bez zraka? Idi naprijed da vidimo što će se dogoditi.
 Božena (jaki udah, abreakcija)
 Denis Samo to izbaci ... izbaci to, skroz, ... još, još ...
 Božena (jako diše i smiruje se nakon nekoliko dubokih udisaja kao da je tek prodisala)
 Denis Što se događa?
 Božena (jak uzdah, kroz suze) Udahnula sam.
 Denis Jesi li sama je li tko oko tebe? Koga vidiš?
 Božena (još jedan jak udah)
 Denis Je li ti netko pomogao?
 Božena Mama i babica (uzdah)
 Denis Kako se sada osjećaš?
 Božena Ustreptalo. (duža pauza)
 Denis Što je sljedeće što se pojavljuje? Kako se ti osjećaš?
 Božena (pauza) Puni mi se gornji dio tijela toplinom. ... Imam osjećaj kao da je tu neki oklop maknut sa mene tu sa središnjeg dijela gdje su pluća i trbuh.
 Denis Odlično, kako se sada osjećaš?
 Božena (dug uzdah) (zadovoljno) Osjećam se slobodna.
 Denis Što ti nudi ta sloboda, što bi s njom mogla učiniti?
 Božena Daje mi neku sigurnost u sebe. Osjećam se potpunije.
 Denis Dobro, što se sljedeće događa? Idi malo naprijed u vremenu. Ima li što novo još?
 Božena (pauza) Nema ništa.
 Denis Dobro, sada se vrati ponovno u trenutak pred rođenje, vrati se samo nazad i idi polako prema naprijed, što se događa? ... Rađaš se, kako to sada izgleda?
 Božena Nema panike.
 Denis Dobro, što imaš oko vrata?
 Božena Imam vrpcu.
 Denis Kako je osjećaš?
 Božena Labavo.

Sama pala, sama se ubila!

Seansa se nastavlja tamo gdje završava ono na čemu se zasniva prenatalna i perinatalna psihologija.⁸ Sljedeći novu sugestiju Božena se vraća u događaj prije poroda i svakako prije prena-

8 Ovakva psihologija je dovoljno *kontroverzna* i pod udarom kritike jer jedna od važećih znanstvenih dogmi kaže da u

talnog doba. Skeptici i kritičari, od kojih dvojim da je puno njih imalo priliku isprobati čitav postupak,⁹ olako će htjeti obezvrijediti mogućnost povratka u dob koja ne pripada sadašnjem životu, tvrdeći da se takvi sadržaji pojavljuju nedvosmisleno kao posljedica izravnog navođenja, po principu: "... a sada se vrati (ili zamisli da se vraćaš!) u život *prije* ovog ..."

Ovdje bih želio skrenuti pažnju na slijedeće: osoba u promijenjenom stanju svijesti prima instrukcije zaista zdravo za gotovo. Zbog toga sumnjam da bi osoba koju ne bi dobila doslovnu sugestiju gdje da ode napravila bolji posao od osmogodišnjaka, koji tragom instrukcija od svojih roditelja (koje se njima podrazumijevaju) uzimajući ih zdravo za gotovo ode u *apoteku* koja je na kraju ulice i vrati se nazad bez sirupa po koji je poslat jer je tamo bila samo neka *ljekarna* – a nigdje apoteke!¹⁰ U nastavku bih želio da obratite pažnju na podebljan tekst tragom kojega su se pojavili sadržaji koji ne pripadaju ovom Boženinom životu i gdje se ne sugerira trenutak *prije* ovog života (jer je riječ o Boženi koja se rađa pa ima još devet mjeseci iza sebe, odnosno još bolje: Boženi u svojoj trenutnoj dobi koja je mogla "konfabulirati" niz drugih situacija koje su mogle biti unutar vremenskih okvira ovog života, ali se ipak našla u situacija koja ne pripada ovom vremenu). Isto tako vidi se da je sadržaj koji se pojavio itekako usklađen s preciznim zahtjevom "*kada si imala nešto oko vrata što te steže*" – pojavila se scena vješanja! Tada je bila Ervina, starija (50-tak godina) debela žena negdje u Bosni, koja treba platiti glavom zato što je pružala otpor turskim osvajačima. Inatila im se do kraja života pa im tako nije dozvolila niti da je ubiju već je sama skočila s vješala! Trenutak vješanja, u kojem sam joj pomogao improvizirajući vješalo konopcem koji sam imao pri ruci doveo je do još jednog snažnog emocionalnog izboja.

Denis Dobro ... idemo sada ovako, budi u tom trenutku dok imaš vrpce oko vrata, dok nabrojim do tri dopustiti ćeš sebi da se **vратиш još nazad u prošlost kada si isto imala nešto oko vrata što te steže.** (odbrojavanje) ... Opet si u trenutku kada ti je nešto oko vrata i jako te steže. Osjećaš da si bez zraka, gdje si? Što se događa?

Božena Vidim vješala.

Denis Je li dan ili noć?

Božena Sumrak.

Denis Što imaš na nogama?

Božena Bose su.

tako malena djeteta mozak nije dovoljno razvijen da bi mogao stvoriti bilo kakva sjećanja na razdoblje u majčinoj utrobi ili u trenucima prije, za i kratko nakon poroda. Ne treba zaboraviti da su takva sjećanja pohranjena u podsvjesnom umu koji je već i sam po sebi takvoj znanosti i više nego *kontroverzan*, obzirom da ona želi poistovjetiti um (svijest) i mozak.

9 Nekima je lakše teoretizirati o tome koliko magarac ima zubiju umjesto da mu jednostavno otvore usta i empirijski, tj. brojanjem to spoznaju. Je li moguće da se na tu "krajnju mjeru" ne mogu odlučiti iz straha da će ih magarac ugristi (ili *Gospodar* magarca ukoriti)?

10 Ovo nije izmišljena poredba, već nešto što se zaista dogodilo.

- Denis Koliko je vješala?
- Božena (tiho) Tri.
- Denis Jesi li sama ili je netko s tobom?
- Božena Ne znam, je li ta scena koju vidim ... ili sam ja na vješalima to ne mogu skužiti.
- Denis Pa vrati se malo unazad, prije nego što si na vješalima, vrati se nazad prije nego li imaš išta oko vrata. Reci mi što se događa?
- Božena (pauza) Optužili su me za nešto. Žensko sam.
- Denis Koliko imaš godina?
- Božena 50 i nešto, ali to ... svi su me već zvali stara u to doba. Imam bijelu gore ... to nije marama to je nekako uškrobljena neka kao kapica, ali sam jako debela.
- Denis Koliko misliš da si debela?
- Božena Pa recimo da sam 70-tak kila.
- Denis Kako ti je ime? Kako te zovu?
- Božena Ervina.
- Denis Na kojoj si lokaciji, država gdje se događa to, ta presuda?
- Božena U Bosni.
- Denis Tko je oko tebe?
- Božena Konjanici.
- Denis Gdje se nalazite, gdje su ta vješala?
- Božena Selo, ... da, ali kao kuće su od zemlje, nije to ono što se zove rudina.
- Denis Pogledaj malo te konjanike, imaju li neka obilježja po konjima ili oni sami po odjeći?
- Božena (sigurno) Turci.
- Denis Osim konjanika ima li još koga oko vas?
- Božena Ljudi su se povukli tamo dalje.
- Denis Daj pogledaj malo što je u optužnici, ima li nešto napisano pa netko čita, zašto su te optužili?
- Božena Ništa.
- Denis Jesi li sama ili vas je više optuženo?
- Božena (teško izgovara) Troje.
- Denis Jesu li ovo dvoje žene ili muškarci?
- Božena Muškarci.
- Denis Jeste li u nekoj vezi? Pogledaj ih, je li ih znaš odnekle, je li te podsjećaju možda na nekog?
- Božena Ne mogu im vidjeti lice.
- Denis Nešto ti ne dozvoljava?
- Božena Imaju kape preko.

- Denis Pogledaj konjanike oko tebe koji te okružuju, pogledaj je li možda nekoga prepoznaješ?
- Božena (duža pauza) Ovaj jedan liči na jednog maloga što je radio sa mnom. Na S***, samo što ovdje ima obrijanu glavu.
- Denis Idi sada polako naprijed da vidimo što se događa, gdje si ti? ... Skroz polako idi naprijed u vremenu.
- Božena Penjem se gore i psujem ih.
- Denis Što oni na to kažu?
- Božena Smiju se 'ko luđaci.
- Denis Što se dalje događa? ... Što dalje oni rade?
- Božena (potreseno) Gubi mi se sve.
- Denis Polako idi ... što se dalje događa s tobom? ... Skroz polako idi naprijed.
- Božena Sama stavljam omču oko vrata jer ne dam da me stoka ubije.
- Denis Aha, hajde se sada podigni, digni se gore ... stavi ovu omču oko vrata (dajem joj priručni konopac). Dobro, što se dalje događa?
- Božena I onda sam skočila.
- Denis Dobro, skoči! Skoči! Što se dalje događa?
- Božena (Uzdah i trzaj tijela)

Idem gore, napokon

Iz prethodnog dijela seanse sada se već počinje nazirati da bi Boženina fobija mogla biti povezana sa smrću vješanjem kada je odlučila samovoljno "zakoračiti u prazno", ali u tom trenutku Božena još uvijek nije mogla samostalno doći do zaključka što je pravi razlog ograničavajućem nesvjesnom utjecaju. U tome joj nisam niti mogao pomoći jer držim da tu moja interpretacija nije od primarnog značaja za iscjeljivanje (a u ovom je slučaju bila i netočna).

Seansa u nastavku ulazi u područje za koje mislim da ne treba posebno objašnjavati koliko je nepoznato tj. krajnje *kontroverzno* klasičnoj psihologiji i psihijatriji – smrt, koja je za takvu znanost tabu tema. Zato bi se možda imalo smisla osvrnuti na često citirani i od strane newagera hvaljeni tekst: Tibetansku knjigu mrtvih (i njene zapadnjačke derivate, uklj. komentare lame Sogyal Lakar Rinpochea). Ovakvi tekstovi objašnjavanju tibetansku budističku doktrinu neprekinutosti naše svijesti koja proživljava različita *Bardo* stanja (međustanja) pa je tako i ono što se događa nakon smrti jedan bardo koji je prilika za krajnje oslobađanje od neprekinutog ciklusa rađanja i umiranja na ovoj planeti ili jednostavno vrijeme prije ponovne ulaska u novo utjelovljenje (maternicu svoje buduće majke). Ovo što slijedi u nastavku možda bi se moglo protumačiti onime što jednim dijelom nudi ova tibetanska doktrina.

- Denis Gdje si?
- Božena (s olakšanjem) Idem gore.
- Denis Kako se osjećaš?
- Božena (nerazumljivo)
- Denis Gledaš ove dolje i što misliš, koja je zadnja misao?
- Božena (odriješito) Doviđenja.
- Denis Što misliš o njima?
- Božena Da su jadni.
- Denis Što misliš o sebi?
- Božena Da sam dobro napravila.
- Denis Osjećaš li neku tjelesnu senzaciju?
- Božena Ne.
- Denis S kakvom emocijom ideš gore?
- Božena Napokon!
- Denis Napokon, što?
- Božena Oslobođenje. Od gluposti ... ljudi oko mene.
- Denis Što se dalje događa?
- Božena (pauza) Provlačim se kroz neki tjesnac. (pauza)
- Denis Gdje si sada?
- Božena Svjetlo.
- Denis Uhm, idi dalje. Skroz polagano, što se dalje događa? Jesi li sama?
- Božena Ne.
- Denis Tko je s tobom?
- Božena Neki dragi ljudi.
- Denis Ova dvojica na vješalima jesu li oni isto otišli sa tobom gore ili si otišla sama?
- Božena (zadovoljno) Ja sam išla svojim putem.
- Denis A što su oni ostali dolje, njih nisu objesili?
- Božena A njih će oni objesiti, ja se nisam dala objesiti.
- Denis Hajde pričekaj i pogledaj dolje što se događa sa tom dvojicom. Vidi hoće li ti se pridružiti.
- Božena (duga pauza) Njih ne puštaju opće ... na vješala da ne bi napravili što i ja ... **odsjekli su im glave.** ... (nagla promjena glasa) Meni je žao što se to dogodilo, ne bih ... da će njima tako nešto napraviti.
- Denis Dobro, što zbog toga osjećaš?
- Božena (žalosno) Tugu.
- Denis Izbaci tu tugu iz sebe, osjeti u potpunosti tu tugu. Kako se osjećaš?
- Božena (potreseno i kroz suze) Da mogu vratila bih sve nazad pa bih pustila da

- mene objese samo da njih ne masakriraju tako. ... Bila sam sebična. Nisam uopće mogla pomisliti da su toliko ljudi.
- Denis to nisi mogla znati. ... Što si odlučila poslije zbog toga što si bila sebična?
- Božena **Da drugi put pazim više na druge nego na sebe.**
- Denis U kojoj mjeri?
- Božena Nema tu mjere.
- Denis Dobro, ali na kraju ti ostaneš bez glave, možeš li uhvatiti da ... možeš li razumjeti da jednostavno nisi mogla znati što će se dogoditi sa njima. Na kraju krajeva ovi su bili takvi da su mogli to napraviti bez obzira što si ti učinila, to jednostavno nisi mogla znati. ... Jesu li otišla u Svjetlo ta dvojica?
- Božena (jako tiho) Jesu.
- Denis Možeš li ih sada vidjeti, je li ih možda prepoznaješ, pogledaj ih sada.
- Božena (tiho) Ne poznajem ih.
- Denis Što se dalje događa? ... Je li sada znaš zbog čega si dospjela na vješala?
- Božena Zato što sam se bunila protiv Turaka.
- Denis Kako je to izgledalo? Jesi li samo vikala ili si nešto drugo radila?
- Božena Sakrivala sam cure da ih ne siluju.
- Denis Kako se sada osjećaš oko vrata, svoja ramena?
- Božena Dobro je.

Dolazak u Svjetlo

Sada je postalo jasno, a što je najvažnije i samoj Boženi, zašto je imala problema sa silaženjem – negdje u njezinom podsvjesnom umu neki dio je govorio nešto poput: "Padati će glave!" To je stvaralo emociju prestavljenosti koja je trenutno dovodila do somatskih reakcija poput nestabilnosti/neuravnoteženost i znojenja dlanova. Evo kako je tu spoznaju pokušala objasniti Božena nakon seanse:

"Trenutak spoznaje je bio kada sam pogledala dolje i vidjela posljedice svog čina. To je neopisiva tuga koju sam osjetila u dubini duše, u usporedbi s njom sve ostale tuge u životu izgledaju mi kao da su dolazile iz uma i osjećala sam ih i kroz razne fizičke senzacije. Ovu sam osjetila u centru bića – fizički bi to bilo srce, ali nije bilo fizičke senzacije u onom tijelu koje sam imala gore i koje očito nije fizičko."

Iako je po pitanju početne fobije seansa ovim uvidom bila završena nisam je prekinuo nego sam iskoristio priliku da Boženu uputim dalje da vidi gdje će je to odvesti.

Seansa u nastavku ide tamo gdje i neki terapeuti koji su se bavili regresijama u prošle živote nisu mogli zaći, a moguće da je za to dijelom zaslužno i neadekvatno stanje svijesti same osobe. Naime neki se terapeuti vole hvaliti da u svom radu ne koriste hipnotičke pobude pro-

mijenjenog stanja svijesti ("hipnozu"), ponavljajući uobičajeno vjerovanje da osoba u takvom stanju predaje svoju kontrolu terapeutu¹¹, što me svaki put iznova tjera da se upitam je li ta njihova "hipnoza" i ono što sam isprobao na sebi i drugima ista stvar ili je netko pomiješao kruške i jabuke. Takav pogled sugerira da bi osoba u takvom stanju, da joj se kaže "Skoči kroz prozor", to i učinila – što je daleko od istine. Takvi terapeuti onda koriste druge nehipnotičke pobude, najčešće neki od [premosnika](#) (engl. *Bridges*) u promijenjeno stanje svijesti, što je dobro za pristup sadržajima iz prošlih života, ali izgleda ne i dovoljno ako se želi doći do sadržaja koji spadaju u domenu "života među životima" (engl. *Life between Lives*). Zahvaljujući učinkovitosti Elmanove metode, Božena je bila u tzv. [somnambulističkom](#) stanju, dakle dovoljno "duboko" da je mogla i proživljavati tamo zapisane sadržaje.

Ovo područje prelazi i okvire spomenute tibetanske doktrine koja je vrlo opširna npr. u opisivanju faza raspadanja naših tijela i onoga što će se dogoditi s astralnim fragmentima osobe koja nije uspjela doseći krajnji cilj – oslobađanje od ciklusa reinkarnacija i odlazak u Svjetlo. Takvim dijelovima naše svijesti koji su ostali pri zemaljskom planu kao moguće destinacije nudi se i životinjska egzistencija pa i pakao, a samo poslušnicima koji su spremni slijediti i služiti tibetansko svećenstvo nudi se (limu)nada u "Svjetliju budućnost". Pa pogledajmo kako je to izgledalo s Boženom koja ni u ovom, kao ni u životu bosanke Ervine, nije imala prilike čuti za *phowu*¹² i ostale blagovijesti (ili zastrašivanja) tibetanskih lama, ali je ipak otišla u Svjetlo¹³ koje nasreću nije ekskluzivna destinacija pretplatnika na tibetansku doktrinu, a niti onih privučenih ili prestrašenih od strane svećenstva koje želi svoju dominaciju uspostaviti na temelju npr. Biblije ili Kurana.

Denis Jesi li još gore u Svjetlu?
 Božena Na ulazu sam, trebam se očistiti od svega ovoga.
 Denis Reci mi kada uđeš u Svjetlo.
 Božena Najviše mi pomaže moja pokojna baka. (duža pauza)
 Denis Što je dalje?
 Božena (pauza) U Svjetlu sam. ... ostavljena sam u miru da u miru razmislim o sve-

11 Usp. Ph. D. M. Netherton, N. Shiffirin: *Past Lives Therapy*, New York, William Morrow & Co. Inc., 1978., str. 29

12 Phowa – prijenos svijesti u trenutku smrti koji je prema tibetanskoj doktrini jedan od najjednostavnijih i najizravnijih načina postizanja prosvjetljenja, kao i za dolazak u *Čistu zemlju Buddhe Amitābha-e* (područje u kojem se može predahtnuti od reinkarnacija). Ovo zahtjeva kombinaciju tehnika disanja, mantranja i vizualizacija čime se zaobilazi/ nadmudruje Bardo (nastajanja) i izbjegava ponovno rađanje u jednom od šest carstava (od kojih je jedno i *niraya* – pakao). Usp. *The Teachings of Phowa*, viđeno: 12.12.2011.

Jasno da vam za sve ovo treba neki moćan učitelj sa skromnom titulom – *Eminencija, Njegova Svjetlost, Prečasni lama* iz neke plemenite loze ("kontroliranog geografskog porijekla", na što oni jako paze).

13 Ako je *Svjetlo* ono što po budističkoj kozmologiji Šest svjetova pripada najvišem Deva svijetu, onda mogu primijetiti da iz pisanja drugih autora koji su se bavili regresijama u "život među životima", a i onome do čega sam do sada i sam uspio doći, mogu reći da je to primarna destinacija duše nakon smrti, a nikako sudbina samo onih s "dobrom karmom" ili mudro vođenih nekim posmrtnim obredom.

- mu.
- Denis Gdje si to gdje u miru razmišljaš? Kako to izgleda?
- Božena To nije prostor koji je ograničen, ali znaš da je intiman, tvoj, da je odvojen ... i ... postoji neki namještaj koji mi zapravo i ne treba, ali je to, imam osjećaj da to još postoji kao nešto što služi nakon odlaska iz ovog materijalnog svijeta, da još tamo znamo kako to izgleda, da nam ne bude preveliki taj sraz, gubitak, da ne budemo dezorijentirani, imaš osjećaj da možeš npr. leći, ležiš-lebdiš, ne treba ti krevet i takve stvari. Nema te tjelesnosti, a opet imaš kao sve što je potrebno za tjelesnost.
- Denis Što imaš na sebi?
- Božena Bijelu haljinu ... koja je ... nema tog materijala ... lik možeš imati ali i ne moraš, ne znam kako bi ti to objasnila.
- Denis Ali nešto imaš na tijelu?
- Božena Da.
- Denis Hajde pogledaj to što je na tijelu je li to jednoslojno ili višeslojno?
- Božena To je jednoslojno tijelo, a ispod je isto nekakvo magličasto bijelo ... tijelo.
- Denis Ali to u što si odjevena, ne tijelo, to u što si odjevena je li jednoslojno ili višeslojno?
- Božena Jednoslojno.
- Denis Dobro, a ispod toga je nešto magličasto?
- Božena Da, to tijelo je zapravo ... nije teško tijelo, nego je fluidno.
- Denis Dobro, idi dalje da vidimo ... dođu u sljedeću situaciju kada više nisi sama. Reci mi što se događa i tko je sa tobom?
- Božena (duža pauza) Ne znam, ovo mi je kao da reproduciram nečije knjige, blesavo mi je uopće govoriti.
- Denis Da, da, samo naprijed, pusti svoje analize, to što si čula, što imaš? Tko je sa tobom?
- Božena Sa mnom je vodič.
- Denis Jedan ili više.
- Božena Jedan.
- Denis Što kaže?
- Božena Otišli smo pred neku komisiju.
- Denis Kolika je komisija?
- Božena Pet članova.
- Denis Kako ti izgleda, možeš li opisati komisiju od pet članova?
- Božena Tri muškarca, dvije žene. Stariji su svi.
- Denis Po čemu vidiš da su stariji?
- Božena Izgledaju stariji.

- Denis Koja je funkcija muškaraca, koja žena?
- Božena (odrješito) Ista.
- Denis Dobro, a zašto ih je pet, a ne šest ili devet ili četiri ili tri? Ima li neki razlog zašto ih je pet?
- Božena Ima. Ovisi o tome kako je bilo dolje, ovisi tko treba biti prisutan ...
- Denis Znači broj može biti promjenljiv, koji je tipičan broj bića u komisiji?
- Božena A može ih biti od tri, minimalno tri pa do ne znam, sedam, osam.
- Denis Dobro i sada ste vi, ti i tvoj vodič pred tom komisijom i što se događa? Kako ti izgleda vodič?
- Božena Vodič ima oblik koji je polutjelesan isto tako kao i moj.
- Denis A ovi iz komisije?
- Božena Isto ali malo duguljastiji, hajdemo reći.
- Denis Duguljastiji, je li to znači da su viši od vas?
- Božena Pa ne viši nego vitkiji.
- Denis A koliko ti misliš da imaš ...
- Božena Ja sam otišla sa 70 kila pa ih nisam izgubila i dalje sam taj lik.
- Denis Dobro, a tvoj vodič je muško ili žensko?
- Božena Muško.
- Denis I što se događa sa komisijom? Bio je neki sastanak?
- Božena Pa da, oni mene prvo puste da kažem kako mi je bilo ... i kažem da mi je bilo dobro sve do kraja, ovo zadnje sa tom dvojicom da je bilo gadno.
- Denis Nisi to očekivala?
- Božena Nisam. ... a ovo sve sam prije očekivala i da će me objesiti, znala sam što radim.
- Denis Kakva je njihova reakcija ne sve to što si im rekla? Je li oni smatraju da si trebala završiti na vješalima?
- Božena Oni znaju da se takvim načinom ponašanja može završiti samo na vješalima. **To je bio moj izbor, nema osude u njima zbog toga, ako ja nisam mogla drugačije živjeti.** Za ovaj kraj mi kažu da je bio nepotreban inat. ... Koji sam i ja razumjela.
- Denis To je znači stvar inata?
- Božena Da, neće me oni ubiti, ja ću se sama.
- Denis Dobro, ideš dalje, što se događa?
- Božena (duža pauza) Sada sam sa ekipom koja je ... koja nema tako isto neki oblik kao ni ja, ali se znamo svi.
- Denis Kako je završio sastanak sa komisijom? Ima li tu neki zaključak ili neki plan?
- Božena Pa zaključak je odmah izletio - da **taj moj inat koji je bio je apsolutno nepotreban** u trenutku u kojem ... ništa apsolutno nije promijenilo što se tiče

mog odlaska završilo bi jednako, ali sam uzrokovala strašnu stvar, a cijeli život sam provela spašavajući druge da bi na kraju ovako.

Denis Ali njih bi ubili isto, zar ne?

Božena Je, ali ovo mi je bila lekcija. Reklo bi se da je bilo minimum štete, ali ...

Denis Lekcija oko inata?

Božena Da.

Denis Dobro, i dalje si sa tom ekipom, svi se poznajete i što se dalje događa? Gdje ste sada? Kakav je sada prostor u kojem ste?

Božena Gle, iz nekog razloga mi kažu "Nemoj mu reći".

Denis Dobro. Idemo dalje.

Božena Ali ne u smislu nemoj mu reći, ne smije to znati nego ... nemoj mu još reći, doći ćemo jednom u situaciju kada ćemo o tome pričati. Mislim da bi sada bilo vrijeme za vratiti se.

Denis (odbrojavanje za povratak u uobičajeno stanje svijesti, završetak seanse)

Zaključak

Kako se iz navedenog može vidjeti, različiti psihoterapijski pravci su svaki na svoj način doprinijeli daljnjem proboju, tj. približavanju stvarnom uzroku ograničavajućeg ponašanja. Ostaje samo pitanje koliko je vremena potrebno uložiti da bi se doprijelo do događaja na kojem je ostao određen emocionalni naboj kojeg je trebalo otpustiti. Psihoanalitičari kao i neki drugi pravci (npr. primalna terapija A. Janova) su samo donekle u pravu kada kažu da za naše psihološke probleme i ponašanje treba gledati u djetinjstvo, kao što su to i predstavnici perinatalne i prenatalne psihologije kada kažu da pažnju treba obratiti na vrijeme u majčinoj utrobi i trenutku rađanja. Ipak, takvi su događaji često samo rane refleksije sadržaja s kojima smo započeli ovaj život. Iako ponovno proživljavanje ovakvih događaja može dovesti do određene promjene posebice ako ne izostane emocionalno pražnjenje, postavlja se pitanje je li to dostatno i može li se na tomu ostati.

Prelazak trenutka začeca je, kao što sam na početku rekao, za većinu *kontroverzno* i izloženo stalnim kritikama posebice ako uključuje korištenje hipnotičke pobude, što ona nezaobilazno uključuje i referiranje na rad N. Spanosa. Korištenje "hipnoze" i sugestivna pitanja (koja se pripisuju ovakvoj terapiji), prema kritičarima/skepticima, čini osobu posebno podložnu pamćenju iskrivljenih i lažnih sjećanja.

Želio bih se osvrnuti na tzv. sugestivna pitanja. Sugestivno, pitanja poput "Jesi li sada u prošlom životu?" ili "Jesi li ti princeza u tom životu?" bi bila donekle navodeća ako su izrečena izvan konteksta tj. da sama osoba prethodno nije naznačila da jest u prošlom životu i da je princeza (za što postoje male šanse i prije će javiti da je služavka ili seljanka). Ako se daljnja pitanja poput "Imaš li haljinu?" ili "Što imaš na nogama?" smatraju navodećim, onda bih želio

reći da Spanos i ostali kritičari ne znaju o čemu pričaju (tj. pametuju o medu ne probavši ga) ili maliciozno prešućuju činjenice poput one da kada osoba *jest* u promijenjenom stanju svijesti (a ne u nekim simuliranim stanjima gdje ego i dalje kolo vodi) to stanje uključuje značajan stupanj slobode od terora ega što prati osjećaj ukupne psihičke opuštenosti. Zbog toga osoba ne mari za nikakvu akciju¹⁴ već joj je sasvim dobro tu gdje jest ostavljajući dojam da joj je svejedno, odnosno s egom koji je u ulozi promatrača, ako joj terapeut ne postavlja daljnja pitanja sama se osoba ne bi pomaknula, tj. ništa napravila sa sadržajima koji su joj se pojavili.

Tako da pravilno (etično, bez prejudiciranja) postavljena pitanja imaju karakter "pomicanja" naprijed/nazad u situaciji, a ne stvaranje "izmišljenih sjećanja". Isto tako, kao što je vidljivo iz transkripte u seansi, svi važni pomaci nisu postignuti nikakvim pitanjima već traženjem od Božene da se vrati u *neki* prošli događaj koji je povezan sa onim što trenutno osjeća ostavljajući podsvjesnom umu da u svijest dovede ono što je relevantno.

Kritičari nadalje kao izvor takvih (lažnih) sjećanja navode *kriptomneziju*¹⁵ i *konfabulaciju* (izmišljanje priča) koja se temelji na proživljenim iskustvima i prethodnom znanju, imaginalnoj, vjerovanju u reinkarnaciju i sugestiji ili vođenju od strane terapeuta. Takvi kritičari upozoravaju da bi uvjerenja terapeuta da problem iz ovoga života može imati izvore u nekom od prošlih, kao i pristajanje na takve "upitne" terapije, mogli imati dalekosežne posljedice na psihičko zdravlje osobe (kada navodno nastaju iluzije koje mogu izgledati poput "stvarnih sjećanja" i na taj način pogoršati patnju osobe i njihovih obitelji).¹⁶

U nastavku mogu ukratko reći što se dalje događalo s Boženom. Nekoliko minuta nakon povratka u uobičajeno stanje svijesti rekla je da joj je u životu Ervine lekcija bila "inat" i da se inatila do kraja kako bi shvatila/naučila do čega je sve to može dovesti i kroz smijeh konstatala da je sada puno bolja po tom pitanju i da će prije biti da joj je u ovom životu lekcija: tvrdoglavost. Obzirom na karakter Boženine fobije nije trebalo posebno dugo čekati da se nađe ponovno u sličnoj situaciji i provjeri je li došlo do poboljšanja. Predložio sam joj, ako nema ništa protiv, da se odmah popne na kuhinjsku radnu plohu i pokuša samostalno spustiti. Probala ja to jednom i onda za desetak minuta još jednom, a osjećaj prestravljenosti i znojenje ruku se nije pojavilo!

14 Ekstreman primjer nedjelovanja i opuštenosti može se vidjeti kada se osoba koja već jest u somnambulističkom stanju želi dodatno "spustiti" na razinu tzv. hipnotičke kome (*Esdale* stanje) ili još niže (*Sichort* i *Zed* stanje). Opuštenost ide do toga da su i velike (npr. ruke ili noge) i male (npr. očni kapci ili usne) grupe mišića toliko opuštene da postaju nefunkcionalne (ne mogu se kontrahirati) tako da osoba ne može niti izgovarati riječi iako i dalje ne spava i nije nesvjesna svega što se događa oko nje. Ovo stanje funkcionalno odgovara farmakološki induciranoj potpunoj anesteziji, s time što osoba ne gubi svijest.

15 Kriptomnezija – tumačenje pojavljivanja u svijesti starog sjećanja kao nečega novog i originalnog.

16 Jedan od autora koji se želi razračunati sa najrazličitijim *kontroverznim* i pseudoznanstvenim metodama i pojavama je L.A. Cordón u svojoj knjizi *Popular psychology: an encyclopedia* (2005.), kako bi i studenti psihologije i obični ljudi mogli upoznati "pravu, intelektualnu i znanstvenu, prirodu psihologije".

Pitanja i odgovori

P: *Izgleda da je Božena dobro podnijela podsjećanje na opisana traumatska događanja. Postavlja se pitanje što bi se dogodilo u nekom drugom slučaju kada osoba ne bi bila u stanju nositi se s prizorima koji bi se mogli pojaviti?*

O: Ovdje treba uzeti u obzir nekoliko stvari, a početi ću od najvažnije: seansa se može započeti samo je postignuta atmosfera uzajamnog povjerenja, što je posebno važno za osobu koja se želi *regresirati*. Na ovakav rad kao i u puno drugih slučajeva, netko se može odlučiti tragom pročitano, zbog dobre preporuke, itd., ali ako u osobnom susretu ne dođe do uspostavljanja kontakta odgovarajuće kvalitete, nikakve preporuke, zidovi prepuni diploma i priznanja, "s sofisticiranost" prostora ili dotjeranost terapeuta neće biti dovoljno za uklanjanje barem svjesnih strahova. Ovdje i dalje ostaju nesvjesni strahovi, ali oni i jesu predmet rada i dok god osoba pristupa dobrovoljno i s vjerom da je "u pravim rukama" stvara se potencijal za stvarni napredak i razrješenje neželjenog stanja. Ovo jasno i dalje nije pravo jamstvo da regresoterapeut zaista i zna što mu je činiti, zato nema razloga da se prije same seanse otvoreno ne upita regresoterapeuta što misli učiniti ako stvar bude suviše zahtjevna, tj. "izmaknu kontroli". Ovdje mogu reći da se iz i najtraumatičnije situacije osoba može maknuti jednom kratkom uputom.

Nadalje, ne treba zaboraviti da osoba u bilo kojem trenutku može otvoriti oči – točno ono što činimo kada smo nešto grozno sanjali i kada san nestaje, a u ovom slučaju će traumatski doživljaj nestati.

Na kraju osobu treba podsjetiti da što god da se pojavi da ovog puta neće biti sama, da ima pri ruci regresoterapeuta i da je sve to jednom već proživjela i to zasigurno znatno manje pripremljenija (što je i rezultiralo traumom).

P: *Kako to da je Božena kada se pri kraju seanse našla u Svjetlu i bila u kontaktu s ekipom, javila da su joj rekli "Nemoj mu reći" kao da se to upravo događa, a ne kao da je riječ o već proživljenom?*

O: Ovo pitanje otvara niz pitanja i iz sadašnje perspektive umjesto odgovora mogu ponuditi neke ideje za koje vjerujem da su ovdje primjenjive. Iz dosad doživljenog, kao i iz pisanja nekih drugih autora koji su imali posla s domenom Svjetla, ali i općenito naše unutrašnje "dimenzije", moglo bi se reći da ovo na neki način govori u prilog tumačenjima o tome kako je prostorna i vremenska komponenta te domene/dimenzije okrenuta.

Ako bi naš realitet mogli nazvati *prostorvrijeme* (engl. *spacetime*) onda bi za

Svjetlo mogli reći da je *vrijemeprostor* (engl. *timespace*) u kojem su "statika" prostora i "prolaznost" vremena zamijenjene pa je tamo zaista *stalno* prisutan našem svjesnom umu **neshvatljiv** "sadašnji trenutak" (što još uvijek ne govori da tamo vrijeme ne postoji, kao što bi bilo smiješno reći da prostor koji nas okružuje ne postoji samo zato što "stoji"). Iz ovog razloga možda bi se moglo reći da kada god dođemo u tu "dimenziju" tada smo u "točki" koja je isto-vremeno spojena sa različitim/promjenjivim *prostorima* pa tako i onim u kojem sam joj postavio pitanje.

Izmjene: 20.12.11 prvo izdanje na oslobadjanje.com

21.12.11. dodana "Pitanja i odgovori"