

Dr Zorica Karanović



KLJUČEVI MOĆI

+8 *top tehnika*

.....
za promenu nefunkcionalnih uverenja
i postizanje ličnog napretka
.....

■ Laguna ■

Copyright © 2018, dr Zorica Karanović
Copyright © ovog izdanja 2018, LAGUNA



Kupovinom knjige sa FSC oznakom pomažete razvoj projekta
odgovornog korišćenja šumskih resursa širom sveta.

NC-COC-016937, NC-CW-016937, FSC-C007782

© 1996 Forest Stewardship Council A.C.

Mojoj voljenoj majci Seki

Niko ne zna dokle dopiru njegove moći sve dok ih ne iskuša.

JOHAN VOLFGANG FON GETE

Sadržaj



Izjave zahvalnosti	13
Predgovor	17

I

METAFIZIKA MOĆI

1. Magična privlačnost moći	23
2. Zašto je priča o moći – priča o energiji?	33
2.1. Šta je energija i kako teče?	45
2.2. Energetski centri – čakre	58
2.3. Zašto dolazi do blokada u energetskom protoku?	73
2.4. Aktivacija energetskih polja	80
3. Šta nas sprečava da budemo moćni?	89
3.1. Misao – najmoćniji energetski reaktor	99
3.2. Osećanja – pogonsko gorivo stvaralačkih ali i razarajućih procesa	112

3.3. Strah – glavna prepreka do cilja 134

3.4. Nestrpljivost 144

II

ETIČKI POSTULATI

UPRAVLJANJA ENERGIJOM MOĆI

1. Principi upravljanja
i usmeravanja energetskog potencijala 150
2. Poštovanje „nebeskog poretka“ 155
3. Zahvalnost Stvoritelju na energiji. 166
4. (Samo)kontrola dominacije ega. 176
5. „Kazna“ za ogrešenje o Božanske principe. . . . 187
6. Da li se dobro zlim vraća? 200

III

MOĆ NAJVEĆEG ENERGETSKOG UTICAJA

1. Molitva i njena čudotvornost 206
2. Šta se dešava dok se molimo? 216
3. Zašto neke molitve još nisu uslišene?. 226
4. Lična svedočenja čudesnih isceljenja 233

IV

SAVREMENE TEHNIKE BRISANJA NEGATIVNIH (POD)SVESNIH MISAONO-EMOCIONALNIH PROGRAMA

1. Autosugestija 246
2. Reiki 255

3. Poredak ljubavi (porodični raspored)	261
4. Tehnika emocionalne slobode (EFT).	266
5. Meditacija	272
6. <i>Ho'oponopono</i>	284
7. <i>Wingway</i>	294
8. <i>Theta healing</i>	298
Pogovor	305
Literatura	307
<i>O autorki</i>	313

Izjave zahvalnosti



Iskreno se zahvaljujem svim mojim životnim učiteljima, koji su se pojavljivali u najrazličitijim osobama, svako od njih dao je dragocen doprinos mom duhovnom razvoju i otkrivanju tada za mene nepoznatih, a veoma značajnih svetova. Svakom ponaosob i svima zajedno zahvalna sam što su nam se životni putevi u jednoj tački vremena „ukrstili“ i što su bili dosledni u nameri da mi prenesu mnoga važna učenja. Baš kao što to najčešće i biva u životu, kada sam bila spremna da primim određenu informaciju, gotovo bez izuzetka, pojavljivao se onaj koji je trebalo da mi je prenese.

Zahvalna sam i svojim „neprijateljima“, koji su u stvari samo „surovi prijatelji“, baš kao što je to davno zaključio vladika Nikolaj Velimirović. Tražeći spas od njih, život mi je otvarao nove puteve i na njima donosio nove prijatelje. Zbog toga je teško reći ko mi je više dobra učinio, da li prijatelji ili neprijatelji. Neka ih i jedne i druge Bog blagoslovi. Sigurna sam da su svi oni zaslužni za sve što

sam postigla i što sam na kraju pobedila svoju, čini mi se životnu želju, da bilo koga u bilo čemu pobeđujem. Prihvatila sam sebe i druge, kao nesavršene ali istovremeno najbolje moguće sopstvene verzije, koje imaju pravo na grešku, baš kao i na mogućnost da je svakog trenutka isprave. Tada sam iz dubine svoje duše zavolela sebe i ovaj jedan, jedini i jedinstveni život (ovaploćen u ovoj formi, na ovom mestu i u ovo vreme), koji nastojim da provedem, s Božjim blagoslovom, u izobilju ljubavi, sreće, dobre energije i blagostanja.

Beskrajno i do neba hvala mojoj voljenoj majci Seki. Samo ona zna koliko je težine, bola i životnih izazova stoički podnela od mog rođenja, odrastanja pa sve do nedavne borbe za život. Ona je istinski heroj, ovenčan krunom bezrezervne ljubavi. Nikada mi ništa nije prigovorila, u svakoj situaciji me je ohrabrila i uvek je našla „valjan“ argument za moju odbranu čak i kada sam svoj-ski napadala sama sebe. Nadam se da ću bar upola biti dobra majka svojoj deci. Hvala mojoj divnoj baki Zori, koja me je odgajila i čije ime ali i karakter nosim. Ona me je naučila da prepoznam i da u svakoj situaciji pokušam da razvijem onaj najdragoceniji alhemijski „peti“ element transformacije – ljubav. Hvala mojoj dragoj direktorki Miri Glišić Simić koju je, u trenutku kada su mi kazaljke života zamalo stale, sam Bog poslao da mi pomogne. Neka je Gospod blagoslovi svojim darovima.

Hvala mom bratu po veri Aleksandru Pavloviću sa Zlatibora, koji me je gotovo poluživu odneo do manastira Dubrava. Hvala ocu Danilu, mati Teodori i celokupnom sestrinstvu manastira. Svojim životom svedočim čudima koje je Gospod dozvolio da mi se tamo dese.

Zahvalnost upućujem mojoj dragoj prijateljici, apotekarki Dragani Ostojić koja je, kao vrhunski profesionalac, prva dijagnostifikovala uzrok problema, za kojim su lekari mesecima bezuspešno tragali. Ustanovila je da je reč o *Helicobacteru*. To je bio početak mog uspešnog izlečenja. Posle primljenog medicinskog tretmana uspela sam da se zalečim ali su mi se i dalje javljali neprijatni simptomi, kao i strah da se bolest ne ponovi. Odlazak u manastir Tuma-
ne, u narodu poznat kao „đerdapski Ostrog“, sve menja u mom životu. Zbog toga posebnu zahvalnost upućujem ocu Dimitriju Plećeviću, igumanu manastira, posle čijeg čitanja molitve za zdravlje i spasenje, počinju nebrojena čuda da mi se dešavaju. Sve što je bilo „svezano“ – odvezalo se, sve što je bilo bolesno – ozdravilo je i u rekordnom roku vratila mi se životna snaga, optimizam i radost. Od tog dana tumanski svetitelji – Sveti Zosim i Sveti Jakov, trajno su nastanjeni u mom srcu, a manastir Tuma-
ne postao je moj duhovni dom.

Hvala mojim drugaricama Nini Radulović, Slađani Đukić i Gordani Lugonja, koje su bile pokretač dobre energije i mog novog stvaralačkog elana. Od srca se zahvaljujem koleginici Ireni Jekić od koje sam pre skoro desetak godina mnogo naučila o uticaju misli na naš život. Ona mi je pomogla da mnoge (ne)dostižne želje tada ostvarim u praksi.

Upravo iz te tačke čudesnog životnog preokreta, pisana je svaka stranica knjige koja je pred vama. U njoj je sve autentično i potpuno istinito. Sve što sam napisala, lično sam doživela i preživela, tokom višedecenijskog rada na sebi. Motivisana nepokolebljivom željom da promenim

loše strane sopstvene ličnosti i okrenem „sudbinu“ u drugom pravcu, otkrila sam mnogo dragocenih lekova ali samo jednog lekara – Gospoda Boga, koji je jedini Tvorac čuda. Hvala Mu na blagoslovu što mi je otkrio deo svoje raskošne riznice moći.

Beskrajnu zahvalnost upućujem mojoj izdavačkoj kući „Laguna“ i našem direktoru, gospodinu Dejanu Papiću, koji mi je ukazao veliko poverenje objavljivanjem ove knjige. Neka ga dragi Bog blagoslovi u svim ličnim i profesionalnim poduhvatima. Veliko hvala našoj divnoj gospođi Minki Stojanović – vrhunskom profesionalcu i „srcu“ „Laguninog“ sistema. Hvala uredniku gospodinu Slobodanu Guberiniću na posvećenom i predanom radu, baš kao i na toplom, ljudskom pristupu. Hvala dragoj gospođi Vesni Pravdić na odličnom lektorskom „osećaju“. Svi zajedno i svako u svom domenu dali smo lični maksimum u ovom autorskom i izdavačkom poduhvatu, za koji iskreno verujem da će doprineti najvažnijoj promeni u vašem životu – vas samih.

U veri i nadi da će vam svaka izneta informacija biti samo način da razvijete još veću ljubav prema Gospodu, kao najvećoj sreći i smislu svog života, istinski vam želim duhovni i karakterni preobražaj, prevazilaženje „zavarenih“, nefunkcionalnih misaonih programa i otvaranje životnog puta o kome ste oduvek maštali. Iz ličnog iskustva znam da je to moguće. Srećno!

Od srca vaša,
Zorica

Predgovor



Pre nego što počnemo da radimo najpre na upoznavanju, a zatim i na prevazilaženju samosabotirajućih misaonih obrazaca zbog kojih se osećate nemoćno, volela bih sa vama da podelim (ne)očekivana iskustva koja sam nedavno imala. Naime, pisanje ove knjige pratio je niz neobičnih i u tom momentu neobjašnjivih stvari. Sam proces prikupljanja materijala, iščitavanja velikog broja dela domaćih i stranih autora, kao i definisanja same strukture knjige, tekao je veoma sporo. To mi je bilo veoma čudno jer mi je pisanje uvek išlo od ruke. Iako sam došla do gotovo većine knjiga koje sam želela da pročitam i veoma temeljno pripremila strukturu rada, nikako nisam bila u stanju da povežem sve segmente ove teme. Moć, večita inspiracija, fascinacija i enigma. Želela sam i sama da otkrijem deo vela kojim su vladari ali i brojni smrtnici pokušali da se zaodenu. U tom procesu nešto nikako nije išlo kako treba.

Moć je počela sve više da se skriva, a moje predstave o njoj da se iz dana u dan menjaju. Da su stvari izmakle

kontroli, definitivno sam se uverila kada sam sav materijal za knjigu prebacila na laptop (zbog lakše pokretljivosti i prikupljanja tekstova u biblioteci), ne sluteći šta će se dogoditi. Posle više od deset meseci rada, a onda i pauze za godišnji odmor na kome, za divno čudo, nisam pisala, desilo se neverovatno – zaboravila sam šifru za otključavanje računara!?! Čini se da sam sve podatke do kojih sam došla uspela da sakrijem od same sebe. Svi tekstovi, sve teorije, primeri iz prakse – bili su definitivno zaključani. Iako sam se najmanje dva meseca trudila da se setim šifre koju sam dala, slučaj je bio potpuno beznađežan. Zbog toga sam računar odnela kod kolege iz IT odeljenja koji, bez obzira na veliki broj sličnih iskustava s kojima se suočavao, moj računar nikako nije mogao da „otključa“. Ubrzo potom zvala sam i bliskog rođaka koji je vrstan poznavalac informatičkih tehnologija. Na moje zaprepašćenje, ni on ništa nije mogao da uradi. Beznadežno sam probala sve moguće kombinacije slova, brojeva, datuma rođenja i venčanja, ali kôd nije mogao da se razbije. Shvatila sam da je celokupna knjiga izgubljena. Sve što sam napisala, sve do čega sam došla, ostalo je zauvek zatvoreno u najsavršenijoj verziji savremenog sefa – laptopu. Iako mi je s vremena na vreme padalo na pamet da kontaktiram nekog ko poznaje klinge koji su u stanju da sa Dorćola otvore sve fajlove Pentagona, nekako, ni to mi se nije dalo. Shvatila sam da je definitivno reč o nečemu, energetski, veoma ozbiljnijem. Iskustvo me je naučilo da to ne smem da ignorišem. Bila sam sigurna da je u pitanju nekakav znak (nečega), iako tada još nisam umela da protumačim njegovo značenje. Međutim, kada mi se iznenada pogoršalo zdravstveno stanje i spletom

čudesnih i racionalno teško objašnjivih okolnosti, put me naveo do manastira Dubrava, shvatila sam da definitivno „Viša sila“ ne dozvoljava da knjiga bude završena. Ne samo da je Bog u ceo slučaj umešao „svoje prste“ već, pre bih rekla – čitavu pesnicu! Pitanje koje je i dalje tražilo odgovor bilo je – zašto?

Posmatrano iz ugla onoga o čemu ćemo govoriti, situacija je ubrzo postala veoma jasna. Da je knjiga sa prethodnim sadržajem ugledala svetlost dana, sigurno bih vam prenela pogrešnu informaciju (teoriju potkrepljenu primerima iz prakse), koja je i tako do sada veliki broj ljudi uspela da zavede i skrene sa pravog puta. Naime, moje tadašnje poimanje kategorije moći nije daleko odmaklo od pragmatičnog sociopsihološkog diskursa koji ovu kategoriju raslojavaju na četiri tipa: ekonomsku, političku, vojnu i duhovnu (religioznu) moć. U prethodnoj verziji knjige akcenat je bio na razvijanju individualnih (ličnih) karakteristika moći (unutrašnja sigurnost, samopouzdanje, osećaj lične vrednosti, stav, optimizam, pregovaračke veštine, upravljanje ličnim kreativnim resursima, multi-dimenzionalnost lične energije, ćutnja, vizuelni identitet, harizmatičnost...) i veštinama što bržeg uspinjanja na njenoj socijalnoj skali. Ukratko rečeno, bila bi to neka vrsta priručnika za osvajanje željenih poluga moći. Na prvi pogled, reklo bi se, veoma edukativan i praktičan materijal. Međutim, da li je baš tako? Genijalci, intelektualno i duhovno moćni ljudi mogu svoju pamet da stave u službu naopakih ciljeva (ubijanje – ratovi, krađe – otimanje, prevare, podmetanja, spletkarenja...), koji su u suprotnosti sa „višim poretком“ Vaseljene (ljubav, mir, harmonija, napredak, izobilje...) a to je već ulazak

u energetske veoma opasnu zonu, koju ljudski energetsko-informacioni sistem nije u mogućnosti u dužem vremenskom intervalu da podrži. Zbog toga, priča o moći mora da obuhvati poštovanje prirodnog poretka, zakona i reda, prema kojima je izvorni, glavni i sveobuhvatni centar moći – Gospod Bog (Univerzum, Viši energetski sistem, Univerzalno energetsko polje, Apsolutna Ljubav...). On je izvor naše životne radosti, snage i svih oblika prikazivanja moći. Tek združeni, usaglašeni, pomireni s Njim (s Njegovim poretkom stvari) – oboženi – dobijamo snagu, volju i moć da svoje snove pretvorimo u realnost. Naravno, pod uslovom da njihovo ostvarenje ne šteti drugima. Svaki poriv za individualnom koristi, koji nanosi patnju ljudima u okruženju, kratkog je daha jer se vrlo brzo okreće protiv sebe. Agresija se vraća u formi autodestrukcije, što se najčešće manifestuje različitim splotom nesrećnih životnih okolnosti, finansijskih i porodičnih problema, autoimunih oboljenja, steriliteta, depresije, suicidalnih pomisli...

Dakle, priča o moći daleko je kompleksnija i važnija od onoga što sam i sama na početku pisanja knjige mogla i da zamislim. Saznanja do kojih sam došla kategoriju moći „lociraju“ kod svakog pojedinca, a ne samo kod onog koji ima njene materijalne i statusne pokazatelje. Moć podrazumeva stav, hrabrost, energiju, odlučnost ali i etičke i duhovne principe, koji ne moraju uvek da „prate“ luksuzni automobili, skupocena garderoba i velelepni stambeni kompleksi. Moćnog čoveka krase duhovni mir, sigurnost u sopstveni sistem vrednosti, koji neće poljuljati izazov nekakve trenutne životne bure. Naprotiv, učvrstiće ga u životnom opredeljenju da je „dobro biti dobar“, čak i u uslovima kada zlo surovo demonstrira

svoju snagu. Da je moć ponekad tamo gde se najmanje pokazuje i sama sam se uverila tokom boravka u manastiru Dubrava, gde sam imala priliku da upoznam mudrog oca Danila i mati Teodoru i razgovaram s njima. U konaku bez struje, sa uskim strmim makadamom, koji dovodi samo najupornije putnike namernike, bila sam uverena da sam na najmoćnijem mestu na svetu. Tada mi je bilo jasno zašto prethodna verzija knjige nije smela da bude objavljena. Poruka koju bi poslala mogla je biti opasna za duše onih koji bi je čitali i primenili. Bez Božijeg blagoslova, ljubavi, združenja i pomirenja sa Njim, bez usklađenosti sa Njegovim planom i poretком, kategorija moći gubi svoju humanost, celovitost i suštinu. Zbog toga pojam moći mora da obuhvati više dimenzija: Božansku i ljudsku, vertikalnu i horizontalnu (simbolika krsta), duhovnu i materijalnu...

Takođe, važno uporište moći svakog pojedinca jesu i određeni misaoni obrasci, koji mogu biti utemeljeni na veri u Dobro (i kao takvi da nas podstiču, osnažuju i ojačavaju) ili na strahu (što blokira sve stvaralačke i životne potencijale, demotiviše i vodi u besmisao). Dakle, moć je i energetska i emocionalna kategorija. Suštinski moćnu osobu nećete prepoznati po garderobi koju nosi i automobilu koji vozi, već po držanju, govoru tela, pogledu..., koji su upravo rezultat načina na koji razmišlja, energije koju neguje u sebi, životnih principa i uverenja kojih se drži. Ako u dubini svoje duše smatrate da je „život surov“, da „Bog kažnjava“, „da novac ne pada sa neba“, „da ima prećih stvari od ljubavi“, da „ne možete imati baš sve u životu“, da nije dobro „previše se smeјati da ne biste uskoro plakali“, onda je reč o ozbiljno nefunkcionalnim programima koji

vas razdvajaju od svih onih lepih stvari koje želite da vam se dogode u životu. U takvim psihološkim armaturama nalaze se odgovori na sva životna pitanja.

Zbog toga, na stranicama koje slede, otkriće Vam se moć u sasvim novom svetlu, onakvu kakvu do sada niste mogli ni da pretpostavite, doskora baš kao ni ja. Zapravo, shvatićete da je već imate, odnosno, da ste je oduvek imali ali da toga niste bili svesni. Sada ćemo, možda po prvi put, sebe pogledati „drugim očima“ moći. Tada će nam biti jasno zašto smo do sada stazom života išli baš na taj, a ne na neki drugi način. Bićemo u prilici da dekodiramo svoj „scenario života“ („sudbinu“) i da iscrtamo konture novog puta kojim želimo da idemo. Znajući to, postaćemo odgovorniji za svoje postupke.

Od srca Vam želim radost pri svakom pojedinačnom koraku u procesu otkrivanja, upoznavanja i menjanja sebe, jer je to jedan od najlepših stvaralačkih procesa kojim nas je blagoslovio Darodavac.

I

METAFIZIKA MOĆI



1. Magična privlačnost moći

Nikakva oskudica, nikakva želja – ne, volja za moć je demon ljudi. Dopustite im da imaju sve: zdravlje, hranu, dom, zabavu – biće i ostaće nesrećni i utučeni: demon čeka i čeka da bude zadovoljen...

FRIDRIH NIČE

Ako bi trebalo da odredimo zajednički imenitelj želja svih ljudi, uverena sam da bi to definitivno bila moć. Ona se nalazi u osnovi svega što nastojimo da pokrenemo, postignemo i ostvarimo. Jer jedino osoba koja unutar sebe oseti snagu, moć, energiju, može i da ih realizuje na najrazličitijim poljima. Ona ima silovitu i nepokolebljivu želju, elan i motiv da radi na ostvarenju svojih želja. Zbog toga i prepreke, te neizostavne krivine na putu svakog uspeha, lakše podnosi, uvek imajući pred sobom cilj koji nastoji da postigne. Osoba koja je nemoćna, koja u dubini duše gaji osećaj sopstvene inferiornosti i bezvrednosti,

ona najčešće nema nikakvih planova, ciljeva ni želja. Iako bi neki rekli da je tek odsustvo želje, početak „pravog“ života, opuštenog i usklađenog sa prirodnim tokom stvari, sklona sam stanovištu da je glavni motiv čovekovog života upravo namera da ostvari ono što je zamislio, ili bar deo toga. Tek kada postigne određen nivo zadovoljenja želja, može da se opusti i uživa u „harmoniji života“. Iako bi proces postignuća bio znatno uspješniji ako bi postupak bio obrnut, dominantan tok savremenog života vraća nas na pomenutu logičku matricu. Tako posmatrano, želje jesu pokretači života, one su sama esencija života, motiv i „pogonsko gorivo“ koje nas pokreće da stvaramo, volimo, živimo... Čovek bez želje duhovno nije živ. Naravno, veoma je važno da se u procesu ostvarenja želja naučimo strpljenju, odlaganju njihove realizacije, kao i mogućem trajnom osujećenju. Ali to nije razlog da u međuvremenu ne poželimo neku drugu želju.

Ko nema želju/e, taj nema ni volju (za postignućem, uspehom, životom...). Ukoliko izuzmemo da je takvo stanje povremena pojava kod svakog od nas, hronično odsustvo želja pretvara se u besmisao života i direktna je prečica za depresiju i autodestrukciju. Dakle, takvo stanje potrebno je hitno sanirati. Znam da će mi neki od vas u dahu replicirati „neoborivim dokazom“ sveukupnog besmisla življenja, pa samim tim i želja zbog neizbežne ljudske smrtnosti. Izvinite, ali nikako se nećemo složiti. Upravo zbog činjenice da je u svetu neizvesnosti jedino smrt izvesna, treba da iskoristimo svaki trenutak dok nije došla. To je jedini način na koji ona može biti pobeđena! Stvaranjem, kreacijom, ostvarenim rezultatima, pruženim i doživljenim emocijama, strašću prema životu, željom za

moći... smrt biva prevaziđena i obesmišljena. Sva njena „moć“, odnosno strah od nje nestaju pred ispunjenim i ostvarenim životom. Zato ga živite i proživite baš tako – MOĆNO! Uostalom, šta je alternativa – da sedimo, očajavamo i čekamo kada će doći čiji red. Morbidno! Sumanuto! Bolesno! „Zapamtite: iz života niko ne izlazi živ! Pa kako ga nadživeti. Živite svaki dan misleći da vam je poslednji i za sobom ostavite trag!“* Mnogo je onih koje je strah od smrti paralisao još za života. Faktički, oni su duhovno mrtvi iako im svi vitalni organi najčešće savršeno funkcionišu. Kakav paradoks?!

Smislom života i njegovim trijumfom nad smrću na veoma zanimljiv način bavio se i čuveni američki psihijatar Irvin Jalom koji, u svojoj knjizi *Gledanje u sunce*, između ostalog kaže: „Način da vrednujete život, da saosećate sa drugima, da nešto volite sa najvećom strašću jeste da budete svesni da su sva ta iskustva osuđena da nestanu. Mnogo puta sam se prijatno iznenadio videvši da je pacijent napravio značajne pozitivne promene veoma kasno u životu, čak blizu smrti. Nikada nije prekasno. Nikada niste previše stari“.**

Da bolest često može biti prekretnica za poboljšanje kvaliteta života, svedočim ličnim iskustvom. Kada sam shvatila da u trenutku mogu izgubiti sve, sva iskustva i doživljaje (radosne ali i tužne), počela sam da uviđam smisao življenja. Vreme je relativno i ne znači ništa. Žurba je nepotrebna i ubija duševni mir. Sve je prolazno, a

* Kenan Crnkić, *Kako život učiniti manje prolaznim*, magazin „Sensa“, januar 2017, str. 57.

** Irvin D. Jalom, *Gledanje u sunce – prevazilaženje užasa od smrti*, Psihopolis institut, Novi Sad, 2011, str. 134.

neizbežne stvari ne možemo sprečiti (starenje, smrt). Ono što možemo jeste da prihvatimo sebe, život, ljude... sve oko sebe, sa svim manama i vrlinama, i da živimo kao da nam je na raspolaganju još svega tri meseca. Kada biste istinski dobili takvu dijagnozu i prognozu, uverena sam da se niko više ne bi bavio tuđim životima, tračevima i sopstvenim strahovima. Tek tada bi shvatio svu dragocenost življenja. Zato od danas tako živite, slobodno, radosno i sa svešću da sve može vrlo brzo nestati...

Koliko svest o smrti ponekad doprinosi unapređenju kvaliteta života podsetio nas je popularni doktor Mehmet Oz. „Pre nekoliko godina sreo sam poznatog lekara, profesora sa Karnegi univerziteta koji je umirao od raka pankreasa. Ispričao mi je kako je nedavno odveo porodicu na izlet u tematski park, lagunu na Floridi, da plivaju sa delfinima. To je nešto što je uvek hteo da uradi, ali to nije učinio sve dok nije shvatio da umire. Sledećeg dana sam rezervisao isti put za svoju porodicu. Ako postoji nešto na listi želja za života, planirajte da to uradite još danas.“*

Poznajem isuviše mnogo ljudi koji su se pesimističnim načinom razmišljanja toliko upleli u filozofsko klupko života i smrti, da više ne znaju ni da li su živi, pošto sebe odavno smatraju „prolaznom česticom beskonačnosti“, kojoj se vreme štopuje sekundarom. Ako i vi imate takve osobe u svom okruženju, najljubaznije vas molim da ih pod hitno, u širokom luku, zaobiđete! Za svoje dobro! Ne dozvolite da svoj očaj i psihološki otpad izbacuju na vas, ma koliko vam u nekom trenutku njihov način razmišljanja zvučao „realistično“. Ne dajte im ni trenutak svog

* Olivera Popović, *Važno je kako živimo, a ne koliko dugo*, Politikin dodatak „Magazin“, Božićni dvobroj, 6. i 7. januar 2018, str. 13.

dragocenog vremena jer će to biti nešto što ćete najskuplje platiti – svojim dobrim osećanjem, raspoloženjem, optimizmom, duševnim mirom... sobom. A to nema cenu.

Da su ljudi tokom istorije civilizacije tako „realistično“ razmišljali, nikada ništa ne bi postigli, ne bi bili motivisani da rade na revolucionarnim pronalascima, ne bi pronalazili lekove protiv bolesti od kojih se nekada umiralo, ne bi gradili monumentalne građevine, slikali i komponovali dela vanvremenske vrednosti... Uostalom, zatrla bi se cela ljudska rasa, jer bi ljudi izgubili veru u život. Na svu sreću, svedoci smo da nije tako. Da bi se živio život potrebni su hrabrost i vera, koje takvi depresivci očito nemaju. I zato ne zaslužuju da im date ni sekund svog vremena. Oni su kukavice života koje, baš kao što reče ona poslovice „umiru po sto puta dnevno“. Junaci samo jednom. Zato budite junak sopstvenog života, živite sa strašću, voljom, verom i ljubavlju. Tada ćete, uprkos svim okolnostima, biti najmoćnija osoba na planeti! Ne zaboravite da u svakom trenutku imate mogućnost izbora – kako ćete misliti (proceniti neku situaciju), a samim tim i kako ćete se osećati. Iako vam se čini da nije tako, to zavisi isključivo od vas. Ako svaku situaciju posmatrate iz pozicije moći – šta je u svemu tome dobro za vas (uvek nešto mora biti dobro), uvidećete da nije „slučajno“ što vam se baš to dogodilo i da niste nemoćna žrtva već gospodar sopstvenog života, koji ima moć da utiče na tok (nepovoljnih) dešavanja. Baš kao i sve u životu, i ovakav pristup se uči, trenira, vežba, iz situacije u situaciju, da bi na kraju doprineo izgradnji trajnog stava moći. Tek kada izaberete hrabrost, veru i strast, a odbacite strah, kukavičluk i očaj, osetićete moć u svakoj svojoj pori, i to u pravom smislu te reči. Ali ne

zato što ste tako „umislili“ već zato što moć podrazumeva preuzimanje odgovornosti za način vođenja života i izbor svih svojih postupaka. Moć podrazumeva sigurnost, odlučnost, samostalnost, nezavisnost od mišljenja, ocena i kritika drugih ljudi. Često se dešava da „dobronamerni“ stavovi osoba iz okruženja prerastaju u naša blokirajuća uverenja, koja nas sputavaju da ostvarimo svoje želje, planove i ambicije. Ko će nam reći da nešto „ne može“, da je „nemoguće“ i „nerealno“ – samo oni koji su i sami neuspešni, neostvareni i nedovoljno hrabri da ostvare sopstvene potencijale. Zar od njih treba da učimo? Da, ali samo kako NE bi trebalo da živimo, a ne kako bi trebalo! U suprotnom, ukoliko poslušamo takve „dobronamerne savetnike“, nesvesno ćemo im predati ključeve moći sopstvenog života, a onda ubrzo shvatiti da su sva vrata na koja kucamo zaključana! Zbog čega? Šta se dešava? Zašto nam se život odjednom pretvorio u pakao? Mislim da odgovor svi znamo. Ipak, za takvu situaciju ne bi trebalo da okrivljujemo njih, već isključivo sebe. Mi smo ti koji su predali svoj život u njihove ruke, verujući da će ga oni voditi bolje od nas. I gde smo stigli?

Zato pod hitno povratite svoju moć! Uradite onako kako vi, i samo vi, mislite i osećate, bez straha od greške. Ne postavljajte sebi stalno pitanje: „Šta ako pogrešim?“. Pogrešite! I to je za ljude. Možda će vas baš ta greška naučiti kako da izbegnete neke druge, daleko krupnije. Sa druge strane, „šta ako ne grešite“? Šta ako upravo tom odlukom pravite najbolji mogući izbor u svom životu?! Da li će nešto biti ispravno ili pogrešno, uspešno ili neuspešno, ponekad je potrebno mnogo vremena da bismo stekli pravi uvid. Ako ne donesemo odluku, ma kakva ona bila,

to nikada nećemo saznati. Jer ne greši samo onaj koji ništa ne radi, koji je blokiran strahom da ne pogreši. Upravo taj strah sputava ga da uradi i nešto dobro. Tako se stvara glavni energetski čvor. Takva osoba postaje frustrirana, kritična, cinična, zla, iako je u suštini samo nemoćna da sopstveni život drži u svojim rukama. Zato, biti moćan pre svega znači biti hrabar, svoj, nepokolebljiv, misaono i emocionalno stabilan, trajno „ozračen“ verom i optimističnim načinom posmatranja stvari. To je preduslov za ispoljavanje konstruktivnog i stvaralačkog potencijala, kojim nas je sve obdario Tvorac. Da li ćemo tu ogromnu energiju moći stvaranja upotrebiti u pozitivnom ili u negativnom pravcu, to je ipak samo naš izbor.

Moćnu osobu prepoznate po tome što se radije bavi sopstvenim nego tuđim životima. Ona niti ima vremena, niti želi da „zaviruje“ u tuđi krevet, tanjir, ni novčanik. Bavi se svojim. Ne upoređuje se, niti odmerava sa drugima, već osvešćeno, živi svoj život, u skladu sa ličnim etičkim principima, spokojno i u miru. Ostvaruje svoje snove. Ne glumi nečiju kopiju, jer je sopstveni original. I baš iz tog razloga nikome ne zavidi. Ne interesuje je „kako je neko stekao ono što ima“. Svesna je da je sve stvar izbora i da sami (svesno ili nesvesno) biramo put kojim idemo. Zato moćna osoba nije ljuta na sudbinu, Boga, druge ljude, na kraju krajeva, ni na sebe. Svesna je da je radila najbolje što je umela i znala. Da je mogla bolje, uradila bi. Drugi, takođe. Svi mi, u svakom trenutku, predstavljamo optimalnu verziju sebe samog. Zbog čega bismo se onda međusobno kritikovali i osuđivali? Lekovito je i isceljujuće da napravimo korak napred i konačno prihvatimo – sebe i druge, baš takve kakvi jesmo, sa svim

manama i vrlinama. Tada će nam konačno biti taman naše cipele i kaput. Možda neko ima bundu, ali nama taj broj, model, a u krajnjem slučaju ni miris, jednostavno ne pašu. Kada sebe i sve svoje prihvatimo kao jedino istinsko blago kojim raspolazemo i osvešćeni izrazimo najdublju zahvalnost Gospodu Bogu na svemu, onda će početi da nam se umnožava i drugo Dobro. To nije uteha „ubogima i siromašnima“, već aktivan zakon Vaseljene. Uostalom, i sami razmislite da li biste ikada više poklonili nešto osobi koja vam ni za prethodni veoma dragocen dar (kakvi su, na primer život i zdravlje), nije rekla jedno obično hvala. Mislim da biste u najmanju ruku dobro razmislili. Naravno, svi smo mi u nekom trenutku vremena bili nezahvalni, odmeravali se sa drugima, želeli više i bolje, a ono što imamo, to nam se „podrazumevalo“. Blagodeti koje smo videli kod kolega, komšija i prijatelja nepromišljeno smo posmatrali kao sopstvene nedostatke. I baš zato što smo zanemarivali suštinu, počeli smo i da je gubimo (optimizam, životnu radost, dobro zdravlje...). To je lekcija koju smo morali da naučimo. Najčešće nismo skloni da vidimo drugu stranu medalje blagodeti kojima su drugi ovenčani. Možda mi ne bismo bili u stanju da prihvatimo način na koji je neko stekao vilu sa bazenom, luksuzni automobil ili skupu garderobu. Ko zna kakvog i kolikog „truda“ je tome prethodilo. Jer kako reče Njegoš: „Čašu meda još niko ne popi što je čašom žuči ne zagrci“. Svako od nas ima svoj „krst“, koji ne podrazumeva samo blagoslove već specifične životne zadatke koje moramo da rešavamo. To što druge najčešće vidimo isključivo kao pretplaćene životne „pobednike“, a sebe doživljavamo „žrtvom“, to je već pitanje percepcije i fokusa pažnje. Zbog toga bi bilo više nego

korisno da proširimo način sagledavanja događaja, ljudi i situacija, jer teško da je bilo šta čisto crno ili čisto belo. Sve u sebi inkorporira oba polariteta (dobro i loše, ljubav i mržnju, lepo i ružno, sreću i tugu...), čime se suštinski uspostavlja i održava jin-jang ravnoteža života. I tek onda postaje Jedno – jedinstvo suprotnosti. Ono što možemo u najvećem broju situacija jeste da izaberemo čemu ćemo se prikloniti: da li ćemo biti „vojnici svetlosti“ ili „vojnici tame“, što bi rekao vladika Nikolaj Velimirović. Ako se opredelimo za svetlost, to ne znači da u nama nema tame, već da smo je samo u toj situaciji, prilikom tog izbora, osvetlili. U sledećim prilikama, ponovo se nudi izbor, čime se nastavlja neprekidna „borba“ (unutar nas) između Dobra (vere, optimizma, moći) i Zla (straha, depresije, slabosti). Dakle, svaka situacija je prilika za novo uspostavljanje odnosa snaga. U tom kontekstu posmatrano, ne postoji osoba koja ne poseduje moć. Razlika je samo što su neki toga svesni, a drugi se prepuštaju slučaju i negiraju sopstvene potencijale.

Ključno je, dakle, pitanje zašto se neko odriče sopstvenih mogućnosti? Da li ste upoznali takvu osobu? Zvuči neverovatno, ali sigurno jeste. Možda ste i sami, nesvesno, doneli takvu „defanzivnu“ odluku, podstaknuti prethodnim negativnim iskustvima. Matrica samosabotirajućeg obrasca razmišljanja utemeljila se na strahu od preuzimanja odgovornosti, koji se razvio posle određenog traumatičnog životnog iskustva tokom koga ste „zaključili“ da „moć kvari ljude“, da je „opasna“ ili da je možda „isuviše dobra“ da biste je baš vi posedovali, odnosno da „niste vredni da budete moćni“, zbog čega je velikodušno prepuštate drugima. Iako veliki broj ljudi toga nije svestan,

tek u praktičnom radu, prilikom testiranja, oni upoznaju temelje svog (ne)moćnog života skrivenog u dubokouvreženim uverenjima o sebi, drugima i životu. Naravno, na svesnom i racionalnom nivou, svi žele da steknu i prošire moć (u najrazličitijim aspektima). Zbog čega nekima polazi za rukom da ostvare taj svoj poriv, a drugima uvek „za dlaku“ izmiče? Odgovor je upravo u nepokolebljivoj i istrajnoj veri (uverenju) da mogu, da jesu i da će biti moćni da urade sve što su naumili. Oni su prevazišli samosabotirajuće stavove i usaglasili svesno (želja i volja) sa nesvesnim (verovanje, uverenje). To su glavni alhemijski sastojci od kojih se pravi ključ za otvaranje vrata moći. Najvažniji je, ipak, Božiji blagoslov koji nam put kojim želimo da idemo i želje koje želimo da ostvarimo – osvetljava. S Njim možemo sve: „Sve mogu u Hristu, koji mi daje moć“ (Filipljanim, 4:13), a bez Njega ništa: „Bez mene ne možete činiti ništa“ (Jovan, 15:5). On je naša zaštita, snaga i skrivena (podsvesna) moć s kojom svi naši planovi, želje i ciljevi postaju ostvarivi. Ali, naravno, tek kada smo u skladu sa Njim, kada prihvatamo i poštujemo Njegovu volju, kada je Duh Sveti u nama, tada i želimo samo ono što On želi za nas. Mi onda postajemo oruđe za ostvarenje Njegovog mira, harmonije i sreće. Tada se ne ljutimo ako nam neka želja i nije ispunjena jer znamo da je baš njeno neispunjavanje naše najveće dobro. Ko zna, možda su vrata koja su nam zalupili ispred nosa upravo bila vrata pakla, iz koga smo spaseni. Ako takvo uverenje – „da se sve uvek dešava na naše dobro“ – uspete da ukorenite duboko u sebi, imaćete moć veću od najmoćnijeg vladara sveta. Vladaćete sobom i svojom mračnom stranom (strahovima, sumnjama, nezadovoljstvom, očajem,