

NASLOV ORIGINALA:

Wayne W. Dyer

Happiness Is the Way: *How to Reframe Your Thinking and Work with What You Already Have to Live the Life of Your Dreams*

Copyright © 2019 by Hay House, Inc.

Originally published in 2019 by Hay House, Inc.

Za izdanje na srpskom jeziku © Publik praktikum 2020

ZA IZDAVAČA:

Marko Sabovljević

GLAVNI I ODGOVORNI UREDNIK:

Marina Sabovljević

PREVOD:

Maja Radivojević

LEKTURA I KOREKTURA:

Maja Banjac Kesić

DIZAJN KORICE:

Tijana Kazimirović

ŠTAMPA:

Alpha print, Zemun

TIRAŽ:

1000

IZDAVAČ:

Publik praktikum

Dobrovoljačka 10/1, Zemun

office@publikpraktikum.rs

011/4202 544; 011/4202 545

Sva prava su zadržana. Nijedan deo ove knjige ne sme se kopirati ni prenositi u bilo kom obliku ili bilo kojim sredstvima, elektronskim ili mehaničkim, uključujući fotokopiranje, snimanje ili bilo koji sistem za skladištenje i pretraživanje informacija, bez pismenog odobrenja izdavača.

CIP – Каталогизација у публикацији
Народна библиотека Србије, Београд

ISBN 978-86-6035-743-6
COBISS.SR-ID 14602505

DR VEJN V. DAJER

SREĆA JE PUT



**KAKO DA PROMENITE NAČIN RAZMIŠLJANJA I DA OD
ONOG ŠTO VEĆ IMATE U SEBI STVORITE ŽIVOT IZ SNOVA**

HARMON**IA**

SADRŽAJ

PREDGOVOR	7
UVOD	9
PRVI DEO: ODGOVARAJTE SPOSOBNO	11
Prvo poglavlje: SVE JE U STAVU	13
Drugo poglavlje: IZBOR JE VAŠ	27
Treće poglavlje: ŠTA OČEKUJETE?	41
Četvrto poglavlje: KO STE ZAPRAVO	51
DRUGI DEO: ISTINSKI USPEH	65
Peto poglavlje: KONSULTUJTE SE SA SVOJIM UNUTRAŠNJIM SIGNALIMA	67
Šesto poglavlje: BUDITE OSOBA KOJA GOVORI DA, NE ONA KOJA GOVORI NE	77
Sedmo poglavlje: MODELI PROSVETLJENJA	86
Osmo poglavlje: VOĐSTVO S LJUBAVLJU	97
TREĆI DEO: MISIJA VAŠEG ŽIVOTA	107
Deveto poglavlje: OSEĆAJ SVRHovitosti	109
Deseto poglavlje: PRATITE SVOJE BLAŽENSTVO	121
Jedanaesto poglavlje: OBRAĐUJTE SVOJ VRT	141
Dvanaesto poglavlje: DEVET PITANJA KOJA ĆE U VAMA PROBUDITI PROMENU	153
O AUTORU	160

PREDGOVOR

Sa Vejnom Dajerom razgovarao sam skoro svakog dana, preko dvadeset pet godina. Bio mi je jedan od najboljih prijatelja i moj lični cilj jeste da, koliko sam u mogućnosti, njegov rad održim i nastavim kako bi taj rad mogao doprineti i drugima,

Vejn je uvek sa mnom, iako je svoje fizičko postojanje napustio 30. avgusta 2015. godine. Pišući ovaj predgovor na papiru, olovkom, onako kako je on napisao većinu svojih knjiga, osećam njegovo prisustvo kroz treperenje tela i jezu na koži. *Sreća je put* sačinjena je od Vejnovih *Nightingale-Conant* audio programa, koje je većina nas toliko volela da sluša tokom godina, i koja me je uvalila u veliku nevolju kada sam se prvi put susreo s Vejnom.

U *Hej hausu* održavao se seminar pod nazivom „Vizija budućnosti“, u *Paramount teatru* u Njujorku, u Medison skver gardenu. Rasprodali smo ceo događaj i trebalo je da prisustvuje oko 6.000 ljudi. Vejn Dajer nastupao je s Lujzom Hej i nekolicinom drugih učitelja. Vejn je bio uzbuđen jer je maštao, od svojih dana kad je predavao na Univerzitetu Sveti Džon, da govori u Medison skver gardenu.

Vejn je poveo i svoju suprugu, Marsi, kako bi mogli zajedno da proslave taj događaj. Nastupio je uobičajenim, neverovatnim govorom. Posle toga, svi su požurili ka stolovima s knjigama, nadajući se da će kupiti knjige koje bi im autor potpisao, ali *Nightingale-Conant* kasete bile su jedino što smo imali. Vejn nekoliko godina nije napisao novu knjigu, tako da su njegove prethodne knjige bile rezultat masovne proizvodnje u mekom povezu, koje su se prodavale za 6 ili 7 dolara. *Hej haus*, koji još nije bio njegov izdavač, nije imao finansijskog interesa da kupi sve te knjige i prodaje ih. Zato smo izabrali da iznesemo samo setove kasete od 50 dolara.

Ljudi koji su prisustvovali predavanju nisu bili srećni zbog toga, pa su odlazili do novinskih štandova i knjižara po Medison skver gardenu, kupovali njegove knjige i vraćali se da ih Vejn

potpiše. Isto tako su rekli Vejnu kroz šta su prošli da bi došli do njegove knjige.

Posle seminara, išao sam stepenicama hotela u kom smo odseдали, kada sam prošao pored Vejna i Marsi, koji su išli u suprotnom smeru da večeraju. Baš u tom trenutku načuo sam ga kako govori: „Samo želim da znam ko je, jebote, taj Rid Trejsi iz *Hej hausa*, jer su mi rekli da je on odlučio da se nijedna knjiga ne donese na ovaj događaj. Ja sam autor, i kada govorim, potrebne su mi dostupne knjige.”

Naravno, nisam zaustavio Vejna da mu kažem da sam ja Rid. Srećom, prevazišli smo taj incident i nastavili da izdajemo mnoge Vejnove knjige ovde, u *Hej hausu*. Posle tog dana u Njujorku, priredili smo na stotine događaja po svetu za Vejna, i njegove knjige bile su dostupne na svakom događaju.



To baš i nije uobičajeni način da se započne jedan dug odnos, ali to je bio tipični Vejn: uvek je želeo ljudima da pruži drugu šansu.

Kada smo se Vejn i ja sprijateljili, skoro svakog dana razgovarali smo telefonom ili smo pričali kada smo se sastajali na nekom od *Hej haus* događaja. Ako sam bio na odmoru s porodicom ili je bio vikend, a telefon mi zazvoni, moja supruga, Kristina, rekla bi mi tada: „Verovatno je Vejn. Slobodno se javi.”

Kasnije su Kristina i Vejn napisali niz dečjih knjiga na osnovu njegovog rada, uključujući *Njujork tajms* bestseller – *Incredible you!*

Dok sam čitao *Sreća je put*, mogao sam da čujem skoro svaku reč koju Vejn izgovara, i to me je podsetilo na činjenicu koliko je bio dobar pripovedač i koliko mi nedostaje da razgovaram svakog dana s njim.

Nadam se da ćete, jednako kao ja, uživati u ovoj Vejnovoj bezvremenoj mudrosti.

Rid Trejsi

UVOD

Kada promenite način na koji gledate stvari, stvari koje gledate se menjaju.

Ovo je bilo nešto što je Vejn Dajer često govorio i to nas je i inspirisalo dok smo radili na ovoj knjizi. Materijal same knjige uzet je iz govora i prezentacija koje je, tokom godina, držao različitoj publici. Svejedno, bili smo zapanjeni time kako se nekim temama iznova i iznova vraćao. Ove teme utkane su u stranice ove knjige.

Prvi deo detaljno govori o uticaju vaših stavova, izbora i očekivanja, koji vas vode do osećaja moći kada razumete da možete naučiti da „odgovorite sposobno” na sve aspekte svog života. Drugi deo podrobno ispituje koncept uspeha i pokazuje koliko je zapadnjačka ideja nazadna i koliko ste uspešniji nego što ste svesni, bez obzira na sve izazove s kojima se možda susrećete. Treći deo istražuje važnost lične misije i uključuje specifična pitanja koja vam mogu pomoći da stvorite život o kom ste maštali.

Predlažemo vam da vodite dnevnik dok čitate ovo kako biste mogli da ispišete ideje kojima ćete se kasnije vratiti. Svako poglavlje ima vežbanje za koje vam je potreban dnevnik, a ono treba da vam pomogne da upijete sve poruke iz ove knjige. Na ovaj način, ostajete s onim što Vejn naziva „potpuno novim pristupom kreativnom, živahnom i srećnom životu”.



Vejn je voleo da razgovara s ljudima – bilo u svom timu, ovde, u *Hej hausu*, s ljudima kojima se obraćao ili samo s pojedincima koje bi sretao dok je hodao po plaži blizu svoje kuće. Uvek je bio isti: autentičan, mudar, duhovit i pun ljubavi. Umeo je da uzme koncept, i onaj duboki i površni, i pretvori ga u zdrav razum, tako da se obraća osobi s kojom razgovara. Ali isto tako je dobijao mnogo od ljudi koje je sretao i govorio je: „Svako koga sretnem

je roman.” Osećao je da su drugi ljudi imali mnogo čemu da ga nauče, kao što je i on mogao njih, i duboko u sebi osećao je da je svaka osoba posedovala u sebi zametak veličine.

Kao što će vam Vejn i pokazati, ne postoji čarobni napitak koji će vam pomoći da dobijete od života šta želite. Sve što biste ikada mogli poželeti već se nalazi u vama – samo morate naučiti da promenite svoje razmišljanje. Bez obzira na to kakve su vam trenutne okolnosti, imate moć da ih prevaziđete. Kao što je rekao: „Sreća nije stanica u životu, niti neko mesto do kog treba da stignete. To je način putovanja. To je način na koji menjate stazu kojom idete i kojom koračate s ljubavlju.”

Vejn nam mnogo nedostaje, ali smo srećni što imamo njegove reči da nas uteše, inspirišu i zabave. Nadamo se da će i vama ova knjiga pomoći na isti način.

Uredništvo *Hej hausa*



PRVI DEO



ODGOVARAJTE SPOSOBNO

*Trik je u tome šta čovek naglašava.
Sebe činimo očajnim ili srećnim.
Količina rada ostaje ista.*

KARLOS KASTENADA

PRVO POGLAVLJE

SVE JE U STAVU

Veliki deo života proveo sam proučavajući ljudsko ponašanje. Bilo da sam se bavio svojim doktoratom, radio kao profesor i savetnik ili pisao knjige, ovom sam se predmetu iznova i iznova vraćao. U tom procesu otkrio sam hrpe materijala koji su vekovima pisani o sreći i ljudskoj potrazi za njom. Mnogo ljudi provelo je svoj život tražeći je, misleći da se može pronaći u nečemu ili nekome. Ovo je ključna greška. Naučio sam da je sreća nešto što mi sami *jesmo* i da dolazi iz načina na koji razmišljamo.

Sreća je unutrašnji koncept. Tačnije, možete je imati ako tako *odlučite*. Ako je imate u sebi, donosite sreću svemu što radite. Donosite je na posao. Donosite je u svoje odnose. Bez obzira na sve, jednostavno je imate; ne morate *pokušavati* da je dobijete.

Mislim da su ljudi prilično smeteni kad je ova tema u pitanju. Imaju običaj da, zbog toga kako se osećaju ili doživljavaju sebe, odgovornost prebacuju na nekog drugog. Kažu: „Povredio/la si me. *Činiš* da se osećam loše. *Ti* me sramotiš. Danas *si* me učinio/la nesrećnim.” Ili možda kažu: „Sva nesloga u svetu donosi mi stres. Onaj koji danas sedi u Beloj kući donosi mi nervozu. Deonice na berzi čine me depresivnom osobom.” Ali ništa od toga nije moguće na našoj planeti – ništa ne može, stvarno, učiniti nekog nervoznim, depresivnim ili nesrećnim.

Ako zaista želite da budete srećno ljudsko biće, prvo je neophodno da upijete ovu ideju: *sve što u životu doživljavate rezultat je vaše percepcije onoga što se dešava u svetu*. Drugim rečima, morate preuzeti odgovornost za sve aspekte u svom životu.

Za mene, reč *odgovornost* predstavlja „sposobno odgovaranje”. To ne znači nesposobno odgovaranje, inače bi reč bila drugačija.

Ne, to je *odgovornost*. *Imam sposobnost da odgovorim. Mogu odgovoriti odgovorno*. To znači da preuzimate odgovornost za sve što vam se dešava u životu, a to sam veći deo života pokušavao da podučim.

Pomorandža i sveća

Na trenutak pomislite na pomorandžu. Kada je stisnete naj-snažnije što možete, šta izlazi? Sok, naravno. Ali pitanje je zašto sok izlazi kada se pomorandža stisne. Odgovor je: *zato što je to bilo unutra*.

Sada, da li je važno ko stiska? Da li je važno kako to radite, na koji način ili u koje doba dana? Nije. Kada pritisnete pomorandžu, uvek izlazi ono što je unutra. Na sličan način, kada osobu pritisnete – tačnije, izvršite bilo kakav pritisak – izlaze bes, mržnja, stres i depresija, i to nema veze s tim ko pritiska ili kada ili kako to radi. Sve je rezultat toga šta se nalazi u toj osobi.

Ako nemate to u sebi, nikada ne može ni izaći, bez obzira na to kakve su okolnosti. Kada vas neko „iseče” na auto-putu i pobesnite, niste uznemireni zbog toga što se desilo; besni ste zato što to nosite u sebi. A kada prestanete to da nosite u sebi, ništa što neko uradi ne može vas uznemiriti. Volim ovaj citat, koji je pripisan Elenor Ruzvelt: „Niko ne može, bez vaše saglasnosti, učiniti da se osećate inferiornim.” Drugim rečima, niko ne može da vas obeshrabri. Niko ne može učiniti da se osećate anksioznim. Niko vam ne može povrediti osećanja. Niko vam ne može učiniti ništa sem onog što dopuštate.

Ko god da ste, imate pravo glasa u svemu što vam se događa. Vi to stvarate. Ako se ne slažete s nekim na poslu, ako imate poteškoće u odnosima i osećate se kao žrtva, ukoliko vas deca ne poštuju, prvo pogledajte sebe i zapitajte se: „Šta je to u meni i šta mogu da promenim da se ne bih osećao/la kao žrtva?” Nemojte ići na automatsko rešenje: „Kako da nateram *njih* da se promene? Kako da *svet* bude drugačiji?” Sve što prezirete, što vas

nervira ili zbog čega ste ljuti, sve su to samo vaša mržnja, vaš gnev i vaša ljutnja. To je vaše – vi to posedujete. Niko drugi. Sve je samo na vama.

Kada nekog krivite što vas nervira u životu, ono što govorite jeste: „Kad bi bio samo malo više kao ja, ne bih bio toliko nervozan.” Dok se krećete stazom prosvetljenja, dešava se nešto zanimljivo: dok srećete ljude koji se ponašaju prema vama tako da vas nerviraju, to vidite kao njihov problem. Više ga ne posedujete. Sada odgovarate onima koji se prema vama ponašaju onako kako vam se ne dopada. Naučite da kažete sebi: „Takvi su kakvi su, i ponašaju se sada na jedini način na koji umeju. Zato ću uraditi ovo: odgovoriću im onim kakav sam ja. A ono što sam ja jesu ljubav, dobrota i prihvatanje. Ako imam to, onda se mogu efikasno nositi s bilo čijim ponašanjem ili ga mogu ignorisati. U svakom slučaju, ne posedujem to ja; oni imaju to ponašanje.”

To nema nikakve veze s tim da li imate ili nemate problema. To ima veze s vašim *stavom* prema problemima.

Vidite, moja lična evolucija dovela me je razumevanju da svako od nas mora preuzeti potpunu odgovornost za unutrašnji razvoj. A naš unutrašnji razvoj nešto je što često ignorišemo u životu.

Zamislite upaljenu sveću: ako biste izašli napolje i držali je, vetar bi veoma brzo ugasio njen plamen. Isto tako, van vas postoje raznolike sile koje ćete susresti u životu i koje će učiniti da osećate kao da se vaša unutrašnja sveća – koja simbolizuje ono što ste kao ljudsko biće – stalno gasi.

Ali istina je da se možete osigurati da vam unutrašnji plamen i ne zadrhti. Desiće se mnogo stvari, izvan vas samih, nad kojima nemate kontrolu: oluje života, bolesti i nesreće drugih nepredviđenih događaja mogu se desiti u svakom trenutku.

Plamen vaše unutrašnje sveće jedinstveno je vaš. Svoj svet uvek možete procesuirati tako da vam služi, a ne da vas uništava ili doprinosi otuđenju. A možda je najviše mesto do kog možete u životu doći razumevanje da vaš unutrašnji razvoj, simbolizovan tim plamenom sveće, može ostati snažan i blistav, bez

obzira na to šta se spolja dešava. Ponovo, vraćam se ideji posredstva: moćno je shvatiti da je sve što se u vama dešava potpuno na vama. Sve je vaše.

Osoba bez granica

U procesu razmišljanja i pisanja o konceptima odgovornosti i sreće, otkrio sam da postoje tri različite vrste ljudi na svetu. Prvi tip ljudi kao da kroz život prolazi u bolu, stresu i napetosti. Drugi tip nije potpuno pun bola i stresa, ali isto tako ne funkcioniše na najvišim mogućim nivoima. A tu je i treći tip, vrsta osobe koja nam je, po mom mišljenju, zaista potrebna – i nazivam je „osobom bez ograničenja”. Kao što ime sugeriše, ovo je neko ko nema ograničenja u svojim kapacitetima življenja i ko se fokusira samo na to da svoj život čini najboljim mogućim.

Mnogi ljudi, koji su se pre mene bavili poljima samoostvarenja i psihologije, pisali su iz perspektive: *Da, postoji nekolicina izabраних ljudi i zaista su jedinstveni i posebni*. Ne mislim da je to istina; mislim da je budni život i život bez ograničenja moguć za sve nas. Snažno sam uveren da svako može dospeti do značajnih visina i funkcionisati s tih prosvećenih nivoa.

Kada sam, u Njujorku, radio kao savetnik i terapeut, i kada su mi ljudi dolazili i tražili odgovore na probleme u svom životu, dešavala mi se ista stvar dok sam razgovarao sa svakim od njih. Ko god da je osoba bila – advokat, domaćica ili taksista – nije bilo razlike. Odgovor je bio tako jednostavan. Često su mi govorili: „Ma daj, kad to kažeš, zvuči tako lako. Zašto to radiš? Nije lako!” Ali *jeste* lako. I do današnjeg dana, i dalje sam zbunjnjen kada neko želi da zdrav, srećan i dobar život pretvori u nešto komplikovano i teško.

Jedna žena mi je došla, nakon što sam držao prezentaciju, i rekla mi: „Dobro, slušala sam vas sat vremena kako govorite i malo sam se podigla. Ali recite mi istinu – zar nikada niste depresivni?”

Odgovorio sam joj: „Ne, naravno da ne.”