



# KVANTNI USPJEH

Sandra Anne Taylor

Zapanjuća znanost  
bogatstva i sreće

SANDRA ANNE TAYLOR

KVANTNI  
USPJEH

- ZAPANJUJUĆA ZNANOST BOGATSTVA I SREĆE

Sandra Anne Taylor

*Quantum Success - The Astounding Science of Wealth and Happiness*

# SADRŽAJ

Uvod: Odbrojavanje do uspjeha.....	11
PRVI DIO: SEDAM UNIVERZALNIH ZAKONA USPJEHA.....	17
Prvo poglavlje: Zakon očitovanja.....	19
Drugo poglavlje: Zakon privlačenja.....	25
Treće poglavlje: Zakon čiste želje.....	33
Četvrto poglavlje: Zakon paradoksalne namjere.....	39
Peto poglavlje: Zakon sklada.....	49
Šesto poglavlje: Zakon ispravnog djelovanja.....	57
Sedmo poglavlje: Zakon širenja utjecaja.....	65
DRUGI DIO: ŠEST OSOBNIH MOĆI USPJEHA.....	71
Osmo poglavlje: Moć odustajanja.....	73
Deveto poglavlje: Moć svijesti.....	85
Deseto poglavlje: Moć energije.....	95
Jedanaesto poglavlje: Moć namjere.....	103
Dvanaesto poglavlje: Moć izbora.....	111
Trinaesto poglavlje: Moć ljubavi.....	119
TREĆI DIO: PET PRIVLAČNIH ENERGIJA USPJEHA.....	127
Četrnaesto poglavlje: Energija samopouzdanja.....	129
Petnaesto poglavlje: Energija optimizma.....	137
Šesnaesto poglavlje: Energija svrhe.....	145
Sedamnaesto poglavlje: Energija prisutnosti.....	153
Osamnaesto poglavlje: Energija zahvalnosti.....	159

ČETVRTI DIO: ČETIRI KORAKA PREMA USPJEHU.....	167
Devetnaesto poglavlje: Posvetite se svojemu cilju .....	169
Dvadeseto poglavlje: Sastavite podroban plan.....	175
Dvadeset i prvo poglavlje: Djelujte svaki dan.....	179
Dvadeset i drugo poglavlje: Odustanite od vezanosti, ali nastavite djelovati.....	185
PETI DIO: TRI NEVIDLJIVA POMOĆNIKA .....	191
NA PUTU PREMA USPJEHU	
Dvadeset i treće poglavlje: Vaše više jastvo.....	193
Dvadeset i četvrto poglavlje: Anđeli, vodiči i brižni duhovi ...	201
Dvadeset i peto poglavlje: Božanska prisutnost.....	207
ŠESTI DIO: DVIJE PREPREKE USPJEHU.....	211
Dvadeset i šesto poglavlje: Ograničavajuća vjerovanja .....	213
Dvadeset i sedmo poglavlje: Prerano odustajanje.....	223
SEDMI DIO: JEDINI PUT PREMA USPJEHU.....	229
Dvadeset i osmo poglavlje: Življenje u radosnoj, uspješnoj svijesti.....	231
Pogovor.....	243
Zahvale.....	249
Preporučena literatura.....	251
Bilješka o autorici.....	253

# ODBROJAVANJE DO USPJEHA

Za mene se sve promijenilo kad sam se prije gotovo dvadeset godina upoznala s kvantnom fizikom. Načela energije i svijesti otvorila su mi oči za svijet mogućnosti kojih do tada nisam bila svjesna. Otada te zamisli dijelim s raznim ljudima širom svijeta. Oni su, kao i ja, ustanovili da je obrasce prirodnog svijeta moguće primijeniti na svaku situaciju te postići zapanjujuće rezultate.

Ta znanost oslobađa jer *vama* daje nadzor nad vlastitom sudbinom. Daje vam moć jer vam omogućuje ustanoviti smjer vaše sudbine. Što god ste iskusili u prošlosti, kad naučite primjenjivati te čudesne sile Univerzuma, pronaći ćete istinski izvor uspjeha.

## *Znanstveni pristup financijama*

Većina ljudi vjeruje da se okolnosti njihovih života temelje na slučajnim događajima na koje ne možemo utjecati, kao što su položaj ili obiteljski prihod. Ali, ta zamisao pogriješno tumači stvarnost i čini nas potpuno nemoćnima. Istina je da svoja životna iskustva određujemo svojim odnosom prema zakonima koji upravljaju prirodom.

U materijalnom je svijetu nekoliko energetske slike koje ljudi mogu djelotvorno primjenjivati. Štoviše, znanost osobne energije i mehanika svijesti dva su najvažnija prirodna čimbenika koji utječu na

ostvarenje vaših ciljeva. Kad te sastavnice aktivno primijenite u svom životu, opazit ćete duboke promjene.

Možda ste čuli da "ostvarujete ono u što vjerujete" i da "se razvija ono na što ste usredotočeni". Premda te tvrdnje zvuče istinito, često se svrstavaju u kategoriju idealizma i pomalo nepraktične filozofije. Ali, te zamisli proizlaze iz važnih prirodnih načela te nas neodoljivo potiču na dublje razmatranje njihovih znanstvenih temelja.

Istraživači kvantne fizike otkrili su da se sve sastoji od vibrirajućih struna energije. Ono što se nekoć smatralo čvrstom tvari, zapravo se sastoji od pulsirajućih energetskih vibracija, na koje ljudska volja i svijest mogu utjecati. Volja i svijest oblikuju sudbinu svakoga pojedinca, kao i cijele vrste. Štoviše, vaša se budućnost oblikuje u ovom trenutku!

Svi ishodi ovise o tome što *činite* sa svojom sviješću i energijom. Ta istina daje toliko veliku moć da će vam njezino shvaćanje promijeniti život. Čak i ako ih do sada još niste bili svjesni, univerzalni zakoni privlačenja utječu na svaki vid vašega života, uključujući karijeru, financije i odnose.

Kvantnofizikalna teorija neodređenosti otkriva da živimo u stanju beskrajnih mogućnosti koje sami stvaramo. Svijet egzistira u neprestanom stanju promjene, u kojemu čak i mala promjena energije može iznjedrili trenutačnu i dalekosežnu promjenu stvarnosti. Premda najveći dio moći u Univerzumu nije vidljiv, moguće ju je koristiti vrlo učinkovito. Možda ne možete vidjeti atom, ali nedvojbeno možete svjedočiti posljedicama aktiviranja atomske bombe - a vaše osobne, nevidljive vibracije također imaju vrlo dramatične učinke. Ali, da biste stekli moć nad njima, morate biti spremni istraživati neistražena područja i krenuti na putovanje u unutarnji svemir.

### *Ostavljanje budućnosti za sobom*

Mnogi se ljudi osjećaju kao da su na pokretnoj stazi: neprestano su u pokretu, ali ne stižu nikamo. Umorni su od jurnjave kući s posla, sa sastanka na sastanak, od neprestanog obavljanja poslova i zadataka koji ih ne ispunjavaju. Prelaze iz jedne veze u drugu, iz jednoga

projekta u drugi, u vječnoj nadi da će im novi mudar potez donijeti ono što traže. Osjećaju se prazno i zaglavljeno te žude za slobodom. Očajnički žele promjenu, ali jednostavno ne znaju kako bi je ostvarili, pa neprestano ponavljaju stare obrasce.

Ako vam to zvuči poznato, a svako vas novo razočaranje podsjeća na prijašnja, ne dajte se obeshrabriti. Vi *posjedujete* moć oblikovanja drukčijeg života. Štoviše, kvantna fizika otkriva da vi jeste u samom središtu svijeta neograničene moći i potencijala. Više ne morate tek preživljavati i osjećati nezadovoljstvo. Univerzalni zakoni mogu potpuno promijeniti vaš život.

Ta sam načela primijenila u svakom aspektu svojega života. Pomogla su mi prijeći put od srednjoškolske profesorice do savjetnice i na posljetku predavačice s međunarodnim angažmanima i spisateljice. Nakon dva propala braka gotovo sam odustala od ljubavi, ali sam i na tom području odlučila primijeniti univerzalne zakone. Za manje od godinu dana upoznala sam svojeg sadašnjeg supruga, mudrog i duhovitog čovjeka koji me istinski podupire i voli i koji je neopisivo oplemenio moj život.

Ali, po pitanju tih čudesnih načela, najljepša je vjerojatno priča o mojoj divnoj djeci. Ljudi su supruga i mene smatrali sumanutima jer smo željeli posvojiti dvije djevojčice, koje nisu u krvnom srodstvu, iz jednoga ruskog sirotišta. Ali, znala sam da su zakoni energije i svijesti savršeni i da ćemo, ako ispravno primijenim njihovu moć, privući najbolju djecu - i jesmo!

Postupak je bio dugotrajan i zamršen, iznimna priča o "čarolijama" za koju bi mi bila potrebna cijela knjiga. Ali, sve je završilo sjajno, a naši su se životi promijenili i donijeli nam neizmjernu sreću.

Tim načelima već gotovo dvadeset godina poučavam pojedinačne klijente, ali i polaznike svojih seminara širom svijeta. Od početka slušam nebrojene priče o uspjesima ljudi koji su te tehnike primijenili u osobnom i profesionalnom životu. Čovjeku koji je u garaži pokrenuo posao sa *softwareom*, ponuđeno je 7 milijuna dolara za njegovu tvrtku. Drugi se borio s depresijom i tjeskobom kako bi napustio niži položaj u restoranu te otvorio vlastiti restoran i posao dostave hrane. Postigao je toliko velik uspjeh da je primio zahtjev za otvaranjem franšize.

U Australiji, gdje svakih godinu ili dvije držim predavanja, prišla mi je žena koja je pred sobom gurala kolica. Rekla mi je kako je dvije godine prije pohađala moj seminar o privlačenju ljubavi. U to je vrijeme bila sama, ali je silno željela obitelj. Nakon što je usvojila zakone i primijenila tehnike, upoznala je ljubav svojega života. Došla mi je zahvaliti i pokazati mi svoju divnu bebu.

Slične priče čitam u elektroničkim porukama i pismima koje primam sa svih strana svijeta. Divno je čuti priče mnogih uspješnih ljudi koji su postigli ono što su željeli: promaknuće ili novo radno mjesto, ljubav, pokretanje vlastitoga posla ili osnivanje obitelji. Neki su me čak obavijestili da su omršavjeli te da izgledaju mlađe!

Na čemu god su ti ljudi radili, moć im je donijelo razumijevanje znanosti uspjeha. U vlastitim su se životima uvjerali da je promjenom energije i svijesti moguće ostvariti bilo što. Premda vam neke od tehnika opisanih u ovoj knjizi mogu zvučati poznato, rješenja proizlaze iz univerzalne moći i energije koje su nam neprestano na raspolaganju. Vi ih također možete primijeniti te ostvariti svoje snove.

Možda su vas prijašnji obrasci vašega života ostavili u stanju nezadovoljstva pa u budućnost ne gledate s mnogo nade, ali taj sumoran svjetonazor možete napustiti. Vaše putovanje prema novoj, sretnijoj budućnosti može započeti odmah!

### *Put prema uspjehu*

Važan dio istraživanja samoga sebe jest vođenje Dnevnika uspjeha. Vaš put prema uspjehu doista je putovanje, a bilješke će vam pomoći na putu prema vašemu konačnom odredištu. Na putu ćete naići na mnoge postaje, a bilješke vam mogu služiti kao osobni zemljovid, držati vas na pravom putu i usmjeravati vas prema vašim ciljevima.

U poglavljima ćete pročitati prijedloge o tome što zabilježiti u Dnevnik uspjeha, ali biste prije svega trebali zabilježiti kamo zapravo želite stići. Stoga odvojite nešto vremena i sastavite popis svega što želite. Bez obzira na to želite li milijun dolara, novu kuću, ljubavno blaženstvo, povišicu ili posve novu karijeru, zabilježite sve o čemu vaše srce sanja. Dopunjujte taj popis kad god poželite nešto.



## NAMJERE

Kad sastavite popis, svaku njegovu stavku pretvorite u jasno određenu namjeru. Primjerice, ako želite milijun dolara, zapišite: "Namjeravam biti milijunaš." Ako želite ljubavnu vezu, zapišite: "Namjeravam privući divnog, brižnog partnera. Privlačim istinsku, trajnu ljubav." Kao što ćete se uvjeriti, važan dio vašega putovanja bit će dosljedno pretvaranje želja u namjere i vjerovanja u afirmacije.

To je žarište ujedno vrlo važan dio vaše povezanosti s univerzalnim zakonima. U kombinaciji s vašom sviješću i s vašom vibracijom snažno utječe na vašu sudbinu. Štoviše, toliko je važno da biste ga trebali često razmatrati. Kad god započnem novi projekt ili se upustim u novu aktivnost, nastojim razmotriti svoju namjeru u tom trenutku. Time stvaram žarište nastojanja i fino podešavam njegovu energiju. Jasno određena svrha znatno će vam pomoći da ostanete na pravom putu, čak i ako je posrijedi tek početak novoga dana.

## AFIRMACIJE

Premda ih neki ljudi nepromišljeno odbacuju, afirmacije mogu biti vrlo učinkovita sastavnica stvaranja energije. Ako niste svjesno zakupljeni takvim pozitivnim mislima, vjerojatno se nesvjesno bavite negativnim mislima.

Na kraju svakoga poglavlja pronaći ćete nekoliko afirmacija vezanih uz temu poglavlja. Odaberite one koje najviše odgovaraju onome što vam je najpotrebnije, često ih čitajte i svakako uključite nekoliko osnovnih izjava samopotvrđivanja, bez obzira na cilj kojemu težite. Ponavljajte te rečenice gledajući se u ogledalo i pokušajte ih izgovarati u drugom i trećem licu (*ti* i *on* ili *ona*). Kad ih izgovorite naglas, vaša akustična energija pojačava vaše elektromagnetske vibracije i udvostručuje njihovu moć.

Kad počnete raditi na novim pitanjima, promijenite afirmacije i dodajte one koje će vam pomoći usredotočiti se na pozitivne namjere vezane uz vas, vaše ciljeve i vaš svijet. Svaki dan potvrđujte sebe i svoj život i Univerzum će vas blagoslivljati na nebrojene pozitivne načine.

Kvantna fizika dokazuje da se velike promjene energije mogu dogoditi u jednom jedinom trenutku. To vrijedi i za vaš život - u svakoj sekundi sudjelujete u oblikovanju svoje sudbine. Energetsko područje neprestano je spremno odgovoriti na vaše vibracije pa se pripremite za budućnost u kojoj ćete koristiti nova oruđa i posjedovati više moći no što ste ikada smatrali da je posjedujete. Taj znanstveni pokus ne biste trebali propustiti!

Ovu sam knjigu nasloвила *Kvantni uspjeh* ne samo zbog znanstvenih načela koja obuhvaća već i zbog onog što kvantna svijest predstavlja. Ta se stvarnost događa na staničnoj razini, ali su posljedice nelokalne, odnosno njihovi se utjecaji događaju vrlo daleko i često ne slijede linearno vrijeme. Kad postignete *kvantni uspjeh*, sreću ćete osjećati na najdubljij, staničnoj razini i u svakom ćete trenutku osjećati radost postignuća.

Ova je knjiga podijeljena na sedam dijelova, a svaki dio ima jedno poglavlje manje od prethodnoga. To je svojevrsno odbrojavanje, doživljavanje sedam najvažnijih utjecaja na putu osobnog uspjeha. Od Sedam zakona i Šest moći do Jedinog puta prema uspjehu, primjena tih tehnika pojačavat će vašu zamašnu snagu na putu ostvarenja snova.

Stoga odmah počnite odbrojavati: neka ova načela postanu aktivan sastavni dio vašega svakidašnjeg života i grabit ćete velikim koracima prema uspjehu! Uskoro ćete opaziti promjene u gotovo svakom području svojega života, u svojem načinu života, karijeri i u osobnim odnosima. Ustanovit ćete da, uz primjenu ove začudne znanosti, ništa nije nemoguće. Vaša je duša povezana s izvorom energije koji napaja sve stvoreno i vrijeme je da se otvorite toj univerzalnoj struji - pulsirajućoj energiji koja usmjerava vašu sudbinu. Kad to učinite, počet ćete, kao i ja, primati blagoslove o kojima niste ni sanjali.

# SEDAM UNIVERZALNIH ZAKONA USPJEHA

Živite u čudesnom svijetu. Posvuda oko vas događaju se istinska čuda, a s takvim oduševljenjem možete pristupiti svemu što radite i svemu što biste željeli postići! Ako smatrate da su vam vaše želje do sada bile neostvarive, morate znati da vam je svijet moći i energije spreman pomoći u ostvarenju vaših snova.

Ono što se doima kao čarobnjaštvo, zapravo je djelovanje energetskog svijeta; ono što se doima kao misterij, zapravo je plod znanstvenih obrazaca. Svijest i energija neprestano se kreću, vibriraju u vama i oko vas u neprestanom svetkovanju uzroka i posljedice - a taj "čaroban" dio procesa nije vidljiv ljudskom oku. *Nevidljiva* moć Univerzuma više nije mističan izraz, već znanstvena istina.

Takav je kvantni svijet - prepun moći i beskrajnih mogućnosti! Vi ste vibrirajuća sila u ustrojstvu ovoga svijeta, stvaralačka svijest koja oblikuje i vlastitu sudbinu i sudbinu cijeloga čovječanstva. U ovom trenutku sudjelujete u osobnom i globalnom stvaranju. Kad ovladate unutarnjom kozmičkom energijom, usklađujete se s univerzalnim zakonima, s izvorom koji će vam omogućiti stvaranje vrela sreće, uspjeha i vrijednosti kakve ne možete ni zamisliti!

# ZAKON OČITOVANJA

## *Prvi univerzalni zakon uspjeha*

*"... prvi pokretač je um. Sve mora započeti zamislju. Svaki događaj, svako stanje, svaka stvar najprije je zamisao u umu..."*

Robert Collier

Ustrojstvo vašeg uma otkriva zapanjujuće mogućnosti - ne samo u smislu rješavanja složenih problema i učenja novih informacija, već i sposobnost koja prekoračuje logiku te ulazi u područje materijalnog stvaranja. To je moć vaše svijesti te izvor stvaranja vaše sudbine.



Prvi zakon uspjeha, Zakon očitovanja, opisuje stvaranje. Prema kvantnoj fizici svijest stvara stvarnost - što se odnosi i na vaš osobni svijet.

Suvremena znanost istražuje mnoge teorije stvarnosti kao tvorevine svijesti. Kozmološka teorija objašnjava postanak Univerzuma. Prema toj teoriji naš je svijet previše složen da bi taj stadij razvoja postigao pukim nasumičnim nizom slučajnih događaja pa stoga mora biti plod svjesne namjere. Druga je teorija vezana uz pitanje nastanka materijalne stvarnosti iz sirovine Univerzuma, a treća istražuje kako

pojedinačna svijest odabire jednu od beskonačno mnogo mogućnosti koje su nam na raspolaganju u svakom trenutku. Čak i teorija stvarnosti kao tvorevine promatrača, vezana uz način mjerenja čestica i valova, govori da su namjera i svijest vrlo stvarne sile.

Te se kvantnofizikalne teorije temelje na intrigantnim znanstvenim opažanjima, ali ćemo mi u ovoj knjizi razmatrati vašu *osobnu* stvarnost. Primjena teorije stvarnosti kao tvorevine promatrača na pojedinca otkriva da se očituje ono što opažate o sebi. Razmislite o tome: što ste skloni opažati o sebi? Jesu li ta samoopažanja negativna ili pozitivna? Kakvu biste stvarnost mogli stvoriti na njihovu temelju?

Navedena su pitanja vrlo važna i bilo bi korisno da u dnevniku odgovorite na njih. Ali, po pitanju očitovanja vaše sudbine to je samo početak, *budući da vaša svijest stvara vašu stvarnost*. Da biste shvatili kako je stvara, važno je da ustanovite što vaša "svijest" jest i kako djeluje kao stvaralačka sila u vašemu životu.

Ako želite vidjeti tu moć, dovoljno je da se osvrnete oko sebe. Bez obzira na raspravu o Višoj Svijesti - stvorenu stvarnost i ono što opažate u svijetu prirode, moć i prisutnost osobne svijesti lako ćete opaziti u vlastitom svakidašnjem životu. Zastajem i opažam je posvuda-. duh uličnog slikara iz ruskog Sankt Peterburga otkriva mi je slikom koja visi na mom zidu, Mozartova mi je svijest svira iz zvučnika, energija Charlesa Dickensa pripovijeda mi je dok na večer čitam prije spavanja, a nadahnuće umjetnice i moje drage prijateljice blista dok sunčeva svjetlost prolazi kroz jednu od njezinih kreacija obojenog stakla. Podupire me svijest majstora koji je izradio namještaj, a svijest graditelja moje kuće me štiti. Stvaralačka sila na te i na još milijune drugih načina svaki dan utječe na mene pa svjedočim svemu što su ljudska bića sposobna stvoriti.

Kad tome pridružimo svijet prirode i otvorimo se istinskoj punini stvarnosti kao tvorevine svijesti u svakom smislu, posvuda opažamo njezinu ljepotu i moć. Od najmanjeg kamenčića na poljskom putu do prostranstva ponoćnog neba, od dječjeg papirnog zrakoplova do državne, računalno upravljane energetske mreže - sve je proizašlo iz moći uma. To je osnovna istina svega očitovanog: sve nastaje u svijesti.

Premda ponešto od toga ne urodi blagotvornim plodovima, sve urodi nečime. Svijest je stvorila i razorila Svjetski trgovački centar.

U kontekstu vašeg osobnog života, vaš se uspjeh - ili njegov izostanak - najprije očituje u vašoj svijesti. Ako oko sebe opažate neuspjeh i teškoće, to su plodovi vašeg uma. Ako opažate obilje i postignuće, to je također vaša vlastita moć. Sve što ćete ikada stvoriti proizlazi iz kotla vaše svjesne energije, stvarajući mješavinu koju ćete nazvati svojim životom. Zakon očitovanja je jasan: ako vaša svijest stvara vašu stvarnost, jednostavno ne možete stvoriti ono što prethodno nije potpuno oblikovano u vama. Uspjeh ne možete doživjeti bez jasnog znanja o tome kako uspjeh izgleda i kako ga se osjeća.

*Što vaša svijest stvara u ovom trenutku?*

Tvrdnja "Vaša svijest stvara vašu sudbinu" nipošto ne znači da "svjesno stvarate svoju sudbinu". Činjenica je da većina ljudi potpuno nesvjesno stvara okolnosti u kojima se nalaze. Točnije, većina ljudi ne zna da sami stvaraju situacije u kojima se nalaze. Život doživljavaju kao niz slučajnih događaja koji, najvećim dijelom, nisu njihove tvorevine. Malokad shvate da doživljavaju ono što su sami nesvjesno stvorili.

Zbog toga je jedan od prvih, neizostavnih koraka Zakona očitovanja pomno razmatranje vlastitoga žarišta. Sljedeća pitanja pomoći će vam proniknuti do tog važnog vida stvaranja vlastite sudbine. Dok ćete u sljedećem poglavlju istraživati mnoge slojeve očitovanja, ova će vježba u vama potaknuti opažanje smjera vaše svijesti.

Odgovore na sljedeća pitanja zabilježite u svoj Dnevnik uspjeha. Često ih čitajte kako biste redovito razmatrali stvaralačku moć svoje svijesti.

- Općenito gledano, čega ste najviše svjesni - točnije, o čemu najviše razmišljate? jeste li svjesniji onoga što imate ili onoga što vam nedostaje?
- Što je vaš najvažniji poslovni cilj? Koliko vremena dnevno provodite svjesno usredotočeni na njegovu *uspješno* ostvarenje?
- Koja navika, obrazac ili čak ovisnost prevladavaju u vašemu životu? Koliko vremena dnevno posvećujete toj navici? Koliko ste je svjesni dok se ne bavite njome?
- Jeste li skloniji usredotočiti se na pozitivne trenutke dana ili na probleme s kojima se suočite? Je li vaš misaoni proces više negativan ili pozitivan?

Odgovori na ta pitanja važni su pokazatelji smjera vaše svijesti. Vi posjedujete moć oblikovanja sudbine kakvu želite; oblikujete je i u ovom trenutku. Ali, kao što arhitekt ne može zatvorenih očiju projektirati vrhunsku građevinu, tako ni vi ne možete postati arhitekt svojih snova dok ne otvorite oči i opazite izbore.

### *Osvješćivanje*

Zastanete li ikada kako biste uvidjeli o čemu razmišljate? Koliko često doista razmišljate o posljedicama svojih izbora *prije* no što ih donesete? Mnogi ljudi ne znaju zašto čine to što čine - pa čak ni što to znači. Na taj način prožive desetljeća, reagirajući iz kakvog nespješnog i uvelike nepromišljenog stava prema životu. Ti ljudi, koje nazivam "nesvjesnim zombijima", iz dana u dan žive nespješno. Slijede svoje navike i reagiraju iz emocija, čine ono što moraju i ne mnogo više od toga. Ali, ako ste i vi na taj način pristupali životu, ne brinite! Vi posjedujete moć da se probudite i izađete iz redova zombija. Možete iza-

brati drukčiju, višu, svjetliju svijest te zakoračiti u bolji život kakvoga niste očekivali - možda čak i bolji no što ste sanjali.



Svijest je uvijek izbor. Posrijedi je izbor usredotočenja na sadašnji trenutak, odluka da uvidite i usredotočite se na ono što je doista važno, ono što doista uzdiže i oplemenjuje vaš život. Neprestano se morate pitati: "Na što je moja svijest usredotočena u ovom trenutku?" A potom slijedi pitanje: "Što bi ta svijest mogla stvoriti u mojemu životu?"

Imam klijenticu koja spremno priznaje da najveći dio dana razmišlja O hrani. Iznenadujuće je da ima samo nekoliko kilograma viška, ali vrlo iskreno otkriva svoju svakidašnju opsjednutost pitanjima što će, kada i koliko pojesti. Budući da to svim silama nastoji održati pod nadzorom, redovito vježba i nikada nije bila pretila. Izgubila bi ili dobila pokoji kilogram, ali je unatoč tome uvijek bila nezadovoljna svojom tjelesnom težinom.

Slične, neugodne osjećaje veže uz svoju karijeru: zarađuje upravo toliko koliko joj je potrebno da preživi, a obavljala je dosadne poslove koji su uvijek bili tek prihvatljivi te je uz njih honorarno zarađivala pisanjem. Nije shvaćala da se ni problemi s tjelesnom težinom ni problemi s poslom neće riješiti dok se na karijeru svjesno ne usredotoči više nego na hranu.

Radile smo na njezinom oslobađanju od opsesije i uspostavljanju zdravoga pristupa prehrani. Počela je afirmirati samoprihvatanje bez obzira na tjelesnu težinu i osvijestila je svoje poslovne prioritete. Savjetovala sam joj da svaku misao o hrani preusmjeri na pozitivnu poslovnu misao ili djelovanje. Na taj je način promijenila i svoje žarište i motivaciju, a upravo joj je to bilo potrebno da postigne uspjeh. Nakon nekog vremena nije samo omršavjela, već je pisanjem postigla toliki uspjeh da je mogla napustiti svoj posao te obavljanjem posla koji voli zarađivati dvostruko više.

I vi možete preuzeti nadzor nad očitovanjima svoje sudbine. Da biste preusmjerili stvaralačku moć svoje svijesti, morate biti mnogo



svjesniji pozitivnoga nego negativnoga - kao i svojih vrijednosti te prioriteta. Svjesno se usredotočite na sve dobro što već posjedujete, kao i na ono što ćete privući. Uvijek promišljeno djelujte u smjeru svojih ciljeva umjesto da se prepuštate nesvjesnim reakcijama i svemu što vam odvlači pozornost.

U sljedećem ćemo poglavlju razmatrati specifične tehnike koje će vam omogućiti potpun zaokret svijesti, ali već sada možete početi opažati svoje mogućnosti. Upamtite: ako vam se ne sviđa ono što stvarate, morate promijeniti sadržaj svoje svijesti. Kad se zateknete u negativnim mislima, morate znati da vaš um stvara negativne rezultate. Promijenite to žarište bez obzira na sve i uskoro ćete opaziti upečatljiv i pozitivan ishod kakav stvara uistinu optimistična svijest!

### AFIRMACIJE ZA POBOLJŠANJE OČITOVANJA

- *Svakoga sam dana sve svjesniji svojih prioriteta i žarišta kojemu sam sklon. Moji su mi ciljevi na prvom mjestu. Usredotočen sam na sve vrijedno što posjedujem.*
- *Odlučujem biti svjesniji svega za što mogu biti zahvalan.*
- *Svjestan sam svoje snalažljivosti, kreativnosti i moći stvaranja veličanstvene sudbine.*
- *Znam da moja svijest stvara moju stvarnost. Uvijek biram optimističan svjetonazor.*
- *Svjesno odabirem nadu, radost i mir u svojem svakidašnjem životu.*

# ZAKON PRIVLAČENJA

## *Drugi univerzalni zakon uspjeha*

*"Svaki je čovjek obavijen misaonim ozračjem... Putem te moći privlačimo ili odbijamo. Sličnosti se privlače, a ... mi privlačimo ono što je u našem umu."*

Ernest Holmes

Dok se prvi zakon uspjeha odnosi na ono što *stvarate*, drugi, Zakon privlačenja, odnosi se na ono što *privlačite*. Kombinacija tih dviju sila ima najjači utjecaj na vašu sudbinu: prva je vezana uz moć vaše svijesti, a druga uz moć vaše energije.

U današnjem svijetu djeluju mnogi energetske obrasci. Zapanjujuće moćne, ali ipak nevidljive sile imaju vrlo stvarne i predvidljive ishode. Primjerice, ako na svojem mobitelu otipkate brojke određenog signala i potom pritisnete tipku za poziv, satelit će taj slijed brojki preneti tisućama kilometara daleko, do odgovarajućeg primatelja. Drugi će telefon zazvoniti, a prenošenje energije vašega glasa omogućit će vam razgovijetan razgovor, čak i ako vas od druge osobe dijeli velika udaljenost. Ako pritisnete tipku na daljinskom upravljaču, signal će stići do kutije u kutu sobe i pojavit će se televizijska slika - dopunjena zvukom - također primljena iz udaljenog izvora. Suvremeni uređaji

za računalnu tomografiju i magnetsku rezonanciju pomoću energije stvaraju slike tijela. Mikrovalovi kuhaju hranu, senzori jamče sigurnost, a laseri uklanjaju tumore.

Suvremena ljudska bića koriste i usmjeravaju energiju na gotovo beskonačno mnogo načina. Sve navedene pojave - i bezbrojne druge - donose značajne materijalne rezultate, ali ti utjecaji nisu ograničeni na medicinu, komunikacije i tehničke uređaje. Energetsko ustrojstvo Univerzuma utječe na sve nas, na načine kojih većina ljudi nije svjesna - čak do točke individualnih doživljaja sreće i uspjeha.

Zakon privlačenja govori da možemo privući samo onu energiju koju zračimo. Temelji se na kvantnofizikalnom načelu prema kojemu sve - uključujući svakog čovjeka - zrači tu moć. Štoviše, Univerzum je prepun vibracija koje znanstvenici nazivaju "strunama" energije. Ta se energija doslovce neprestano kreće u nama, iz nas i oko nas. Bez obzira na to jesmo li toga svjesni, svatko od nas sudjeluje u sveopćoj razmjeni i širenju te sile, koje se u Univerzumu događa u svakom trenutku svakoga dana.

Naša osobna energija zrači iz nas i povezuje se s drugim osobama slične rezonancije, određujući koga ćemo i što privući u svoj život. Te će signale primiti podudarni ljudi i situacije koje ćemo privući u svoj život. Ono što nazivamo *kemijom* - romantičnom ili profesionalnom - zapravo je više rezonancija, poklapanje signala i osobnih vibracija. Dakle, ako težite uspjehu, vrlo je važno da shvatite kako nastaje vaša energija - i što njome odašiljete čak i u ovom trenutku.

### *Vaša energetska posjetnica*

Posjetnice su se u viktorijansko doba koristile za najavljivanje posjeta gosta ili prijatelja, a pismene preporuke prethodno su se slale kako bi se novim ljudima pomoglo uspostaviti veze sa sličnim pripadnicima društva. Taj je formalan postupak primatelju davao do znanja da donositelj ima dobre veze i da je ugledan.

Vaša osobna rezonancija čini gotovo isto. Puno prije no što stignete do određenog iskustva, vaša je energija o vama obavijestila ljude s kojima ćete doći u dodir. Najavljuje vas svima, otkrivajući onaj dio vas kojega drugi poimaju na nesvjesnoj, ali vrlo uvjerljivoj razini: vašu energetsku prirodu. Dakle, ako vam se ne sviđa društvo ili okolnosti koje ste do sada privlačili, ili ako niste uspjeli ostvariti željeni uspjeh, morat ćete promijeniti sadržaj svoje energetske posjetnice.

Srećom, tu frekvenciju stvarate sami pa je možete i promijeniti. Kad shvatite što čini vašu vibracijsku rezonanciju, možete započeti s poboljšanjem svoje frekvencije privlačenja i početi privlačiti nešto drugo.

Osobnu rezonanciju stvarate na tri osnovna načina:

1. Svojom emocionalnom energijom ili vibracijama svojih osjećaja
2. Svojom mentalnom energijom ili vibracijama svojih misli
3. Svojom tjelesnom energijom ili vibracijama svojega tijela

Razmotrimo podrobnije prva dva načina.

## EMOCIONALNO ODAŠILJANJE

Vaša je emocionalna rezonancija vaš daleko najupečatljiviji izražaj. Vaši svakidašnji osjećaji odašilju jasne i glasne signale o tome tko jeste i što očekujete od svijeta. Primjerice, ako ste kronično plašljivi, to ćete odašiljati te privlačiti sve više situacija koje će u vama izazivati strah. Ako je gnjev vaša prevladavajuća emocija, odašiljete signal očekivanja nesnošljivosti - i upravo to primete.

Ali, ako odaberete vedriji, sretniji stav, odašiljete poruku o tome kako očekujete da svijet bude veseo pa svojom energijom i očekivanjem privlačite više veselja. Ako sebe doživljavate samopouzdanom i smireno, ti će osjećaji odašiljati vrlo privlačnu vibraciju, privlačeći ljude i iskustva koji u vaš život donose još dublje spokojstvo. To je vaša rezonantna stvarnost; ono što pošaljete, gotovo će vam se neizostavno vratiti.

Vaši prevladavajući osjećaji putem njihove moćne prisutnosti u vašem srcu i umu pojačavaju vašu moć stvaranja vlastite sudbine.

Što je iskustvo ili pitanje snažnije prožeto emocijama, to rađa većom moći. Zbog toga je zaokret prema pozitivnijim osjećajima osnovni zahtjev Zakona privlačenja. Energetska je istina da će kakvoća vašeg emocionalnog života odrediti općenitu kakvoću vašega života. Zakon je u tome strog: Univerzum će vam vratiti vašu radost, ljubav i sreću, a vratit će vam i strah, gnjev i nezadovoljstvo.

Ali, odakle potječu emocije? Što je izvor te moćne energije kojom se neprestano bavite? Svaki emocionalan doživljaj proizlazi iz stimulirajućeg izvora. Bez obzira na to jesu li posrijedi gnjev ili ljubav, očaj ili radost, potištenost ili uzbuđenje, ispraznost ili blaženstvo, svaki cvijet ili trn osjećaja potječe iz iste sjemenke - a ta sjemenka je misao.

### MISAO JE PRESUDNA

Drugi način odašiljanja energije u svijet jest vaša mentalna moć. Proces mišljenja malokad stane pa vaše misli neprestano odašilju vibracijske poruke u vaše energetske polje. A budući da su ujedno izvor vaše emocionalne energije, u vašoj težnji uspjehu imaju dvostruku važnost.

Samopouzdana misli rađaju osjećajima nade, dok osjećaji manjkavosti donose osjećaje očaja. Koji će vam osjećaji vjerojatnije privući divne ishode? Željeni pozitivni rezultati mogu proizaći samo iz smirenih emocija i pozitivnih misli.

Ako ste poput većine ljudi, misaoni vam se proces možda doima prilično slučajnim i spontanim, možda osjećate da ne odlučujete o njemu već ga jednostavno doživljavate. Možda vas nikada nisu poticali razmišljati pozitivno ili usmjerenost vašeg uma ovisi o situaciji u kojoj se nalazite ili o ljudima kojima ste okruženi. Jedno je izvjesno: ako se osvrnete oko sebe i zaključite da vam je život manjkav, Univerzum vam govori da biste trebali preuzeti nadzor nad svojim mislima!

Negativno razmišljanje uglavnom proizlazi iz jednoga od tri straha:

1. strah od budućnosti
2. strah od odbacivanja
3. strah od neuspjeha

Strah od budućnosti pojavljuje se u rasponu od prolazne zabrinutosti da bi nešto moglo poći po zlu do uvjerenog očekivanja osobne propasti, uključujući misli poput *Što ako sastanak ne prođe dobro? Što ako izgubim ovaj posao? Što ako se razbolim ili umrem?*

Strah od odbacivanja pojavljuje se u rasponu od neugodne tjeskobe zbog mogućnosti osuđivanja do krajnje panike zbog napuštenosti. Takvim se mislima često bave ljudi koji kritiziraju ili čak preziru sami sebe. Misli poput *Nisam dovoljno dobar, Nesposoban sam i nedostojan sam* neizostavno dovode do strahova kao što su: *Što ako me supružnik ostavi?* ili *Što ako dobijem otkaz?*

Svaki strah razorno djeluje na energiju postignuća pa strah od neuspjeha neizbježno stvara energiju koja ispunjava to očekivanje; oni koji sebe doživljavaju kao neuspješne, mogu postići samo poraz. Takve su negativne misli vaše najveće prepreke istinskoj sreći. One uništavaju optimizam te pojačavaju zabrinutost i frustraciju, dvije slabe vibracije koje privlače slabe rezultate. Često se kaže da vaš život napreduje u smjeru vaše najistaknutije misli, a vaša je energija razlog tome.

Život mojega klijenta Davida bio je prožet prevladavajućim osjećajem straha. Neprestano je brinuo zbog onog što drugi misle, osuđivao samoga sebe i pretpostavljao da ga drugi također osuđuju. Premda je funkcionirao dovoljno dobro da bi zadržao svoj posao, strahovi mu nisu dopuštali napredovati. Bio je pametan i kreativan i često je imao dobre zamisli, ali nikada nije imao dovoljno samopouzdanja da bi ih iznio. Nakon dvadeset godina obavljanja istoga posla zaključio je da može zarađivati dovoljno za život, ali da nikada neće zaraditi više od toga ako nešto ne promijeni.

David je znao da mora nešto poduzeti. Strah je bio njegova prevladavajuća emocija, a zabrinutost vezana uz osuđivanje i odbacivanje bila je njegova glavna misao. Njegova emocionalna/mentalna energija neprestano je odašiljala sumorne signale, zbog čega je privlačio upravo sumornost. Ali, premda je prilično dugo živio na taj način, odlučio je da neće ostati zaglavljnjen u tom obrascu.

Sastavio je popis svega što ga je zabrinjavalo te mu pridružio popis pozitivnih mogućnosti koje će promijeniti njegove emocije i energiju.

Uporno je radio na oslobađanju od starih zabrinutosti te ih svjesno zamjenjivao smirenošću, povjerenjem i samopouzdanjem.

David je malo-pomalo svladavao strah i postao opušteniji. Počeo je osjećati pozitivne emocije koje godinama nije osjetio: emocije poput spokoštva, nade i čak sreće. Proces promjene načina razmišljanja s ciljem smirivanja osjećaja potrajao je neko vrijeme, ali je David s vremenom osjetio kako se njegova osobna energija mijenja. Razvio je samopouzdanje te postao učinkovitiji i spremniji prihvaćati veće rizike - što je njegov poslodavac počeo primjećivati.

Osamnaest mjeseci nakon što je upoznao dinamiku stvaranja energije, David je doživio prvo od nekoliko promaknuća. Nekoliko godina poslije poslao mi je pismo i nekoliko fotografija. Službeno zaglavlje pisma otkrivalo je da je postao potpredsjednikom svoje tvrtke, a priložio mu je fotografije nedavno kupljene vikendice na otoku Hilton Head, Južna Karolina.

Za manje od četiri godine potpuno je promijenio svoj život nakon nekoliko desetljeća stagnacije. A zbog truda koji je bio spreman uložiti kako bi promijenio rezonanciju svojih misli i emocija, napokon je uspio postići život za kakvim je dugo žudio.

### VAŠA MEE JEDNADŽBA

Kakva god bila vaša životna situacija, ne morate ostati zaglavljeni u starim obrascima. Vrijeme je da shvatite vlastitu vezu misao-emocija-energija. To je ono što nazivam MEE jednadžbom. MEE jednadžba predstavlja nastanak prve razine vaše energije, a formula je sljedeća:

$$\text{Misli} + \text{Emocije} = \text{Energija}$$

Moć vaših najistaknutijih misli povezana sa silom vaših najčešćih i naj snažnijih emocija daje rezonanciju vašeg osobnog energetskog polja. To je pulsirajuća vibracija koja odašilje vaše signale i određuje što ćete privući u svoj život. Ako niste zadovoljni onime što ste privukli - osobno ili profesionalno - morate raditi na promjeni svoje energije. A, kao što čak i početnici u matematici znaju, drugu polovicu jednadžbe ne možete promijeniti bez istodobne promjene njezine prve polovice.

Kao što zbrajanje dva i dva uvijek daje samo četiri, tako zbrajanjem negativnih misli i negativnih emocija ne možete dobiti ništa drugo osim negativne energije - i na posljeticu negativnih rezultata.

## DNEVNIK USPJEHA

Da biste ovladali tim vidom stvaranja sudbine, u dnevniku vodite bilješke o svojim misaonim obrascima. (Ako je vaš dnevnik prevelik da biste ga nosili sa sobom, imajte pri ruci mali blok.) Bilježeći svoje najčešće zamisli, ustanovite ćete da ste skloni neprestano misliti o istim ritanjima i ponavljati iste zaključke.

Kad zapišete misli kojima se vaš um bavi, opišite emocije koje su iz njih proizašle. Ako ustanovite da je negativnost prevladavajuća energija u vašim mislima i osjećajima, stvorite barem namjeru oslobađanja od takvih misli i osjećaja. Kad se zateknete u negativnim mislima, jednostavno afirmirajte: *Sposoban sam osloboditi se ove misli. Više ne moram tako razmišljati. Odlučujem osloboditi se zabrinutosti i osuđivanja te ih zamijeniti povjerenjem.*

Kad osjetite da vas obuzima neugodna emocija, zastanite kako biste ustanovili o čemu ste razmišljali netom prije no što se pojavio taj osjećaj. Potom se putem oslobađanja misli vratite izvoru problema. Snagu osjećaja možete ublažiti i tjelesnim kretanjem, dubokim disanjem, protresanjem mišića i jednostavnom afirmacijom: *oslobađam. Oslobađam. Oslobađam.* Negativne misli pokušajte zamijeniti optimističnijim zaključcima, ali ako vam to ne uspije, barem odlučite osloboditi ih.

Iznimno je važno biti svjestan energetske frekvencije koje svaki dan odašiljete. Umjesto da reagirate nesvjesno, odašiljući mentalnu i emocionalnu energiju za koju zapravo ne želite da vas predstavlja u energetskom području, morate razviti svijest o mogućnostima na području misli i osjećaja. To se isprva može doimati teško izvedivo, ali je presudno važno za odašiljanje energije uspjeha. Spoznajte da sami odašiljete valove informacija koje vas predstavljaju svijetu - i koji određuju kako će vam svijet uzvratiti - pruža vam veliku moć. Te ener-



getske vibracije možete promijeniti u svakom trenutku. Preobrazivši samo jednu vladajuću negativnu misao, ostvarit ćete znatnu promjenu svoje energije. A s daljnjim unutarnjim promjenama sve oko vas počeo će se mijenjati, uključujući ishode vaših težnji.

#### AFIRMACIJE ZA DINAMIČNO PRIVLAČENJE

- *Osnažujem svoj život pozitivnim mislima i smirenim emocijama kad god mi se za to pruži prilika. To je moj izbor.*
- *Odabirem nov, optimističan stav o sebi, o svojem životu i o svojoj budućnosti.*
- *Sve sam više svjestan kakvu energiju svaki dan stvaram. Biram pozitivnu energiju u svemu što mislim i činim.*
- *Vlastitom energijom mogu poboljšati svoj život na sve moguće načine. Znam da ću izborom zdravijih, vedrijih misli i emocija privući ishode koji će mi donijeti još više radosti.*
- *Znam da posjedujem svu darovitost i sve mogućnosti potrebne za privlačenje svega što želim.*

# ZAKON ČISTE ŽELJE

## *Treći univerzalni zakon*

*"Želja je mogućnost koja teži ostvarenju."*

Ralph Waldo Emerson

Sljedeća dva zakona temelje se na vašim namjerama ili motivima. U temelju svakoga poriva i svake želje nalazi se istinski razlog vašega nastojanja. Premda ga vi čak ne morate biti svjesni, energetska priroda tog razloga će ubrzati ili onemogućiti postizanje željenog ishoda.

Da biste se uskladili s moćnim silama trećeg univerzalnog zakona, vaša namjera mora biti čista - ne smije biti manipulacijska, utemeljena na strahu ili očajnička. Drugim riječima, vaši motivi moraju biti iskreni, zdravi i blagotvorni za vas i za druge. Ovaj i sljedeći zakon u potpunosti se odnose na *razlog* zbog kojega težite određenom cilju. Dakle, ako još niste razmišljali o tome zašto činite to što činite, vrijeme e da razmislite o tome.



**Zakon čiste želje** govori da čista namjera - namjera koja je slobodna od straha, sumnje i očaja - jamči povoljan ishod. Sloboda od straha preusmjerava energiju vašega motiva s negativnih vibracija otpora

prema pozitivnim vibracijama primanja. Energije žudnje i očajanja zamijenit ćete energijama nade i očekivanja, dvjema neizostavnim sastavnicama ovoga zakona.

Motivi proizašli iz straha ili ispunjeni sumnjom vašu bi želju mogli obaviti mračnom energijom. Takve emocije proizlaze iz potrebitosti i odašilju valove odbojne energije. Negativan signal straha je jasan, a poruka glasi: *Nesposoban sam. Nedostojan sam. Beznadan sam.* Takvom rezonancijom možete privući samo situacije i ljude koji će bolno potvrditi vaše negativne zaključke.

Emocije straha i sumnje zasjenjuju sve poticaje pozitivne energije koje biste mogli odaslati te onemogućuju utjecaj važnih sastavnica trećeg univerzalnog zakona. Motor čiste želje pali se iskrenom i časnom namjerom, a gorivo su pozitivne energije nade, uzbuđenja, entuzijazma i vjere. Vaša želja mora biti obavijena tim osjećajima da bi mogla nesputano napredovati u Univerzumu.

Nada vam daje moć. Nada uzdiže dušu i otvara srce te rađa entuzijazmom i uzbuđenjem. Bez nade ne možete osjetiti uzbuđenje zbog svoje želje - ili održavati strast dovoljno jakom da se održi i kad se suočite s preprekama.

Uzbuđenje i entuzijazam nalik su pojačalima sustava za reprodukciju zvuka jer potiču razvoj vaše želje. Ali, te snažne emocije nećete održati ako ne posjedujete istinsku nadu i vjeru da vaš san može i trebao bi za vas postati stvarnost. Nadalje, gubitak nade može biti jedan od najvećih uzroka depresije i očaja, dviju mračnih energija kroz koje ne može prodrijeti ništa vedro i lijepo.

To se dogodilo mojoj klijentici Francine. Radila je u velikoj cvjećarnici koja je tri naraštaja bila u vlasništvu iste obitelji. Radeći s unucima braće koja su cvjećarnicu otvorila prije nekoliko desetljeća, Francine je o cvijeću znala sve što se moglo znati. Bila je glavna aranžerka i dekoratorica, zadužena za mnoge važne klijente, uključujući filmske zvijezde i političare. Bila je iznimno susretljiva i ljubazna pa su mnogi klijenti tražili upravo nju.

Kad je počela raditi s drugim naraštajem vlasnika, nadala se napredovati zahvaljujući uspješnoj prodaji i prezentaciji. Ali, kad je posao preuzeo treći naraštaj vlasnika, postalo je bolno očito da neće napredovati. Unatoč nedostatku znanja i iskustva, uskoro su počeli primati povišice i promaknuća koja je Francine očekivala.

Premda ju to nije trebalo iznenaditi, bila je duboko povrijeđena i uskoro je potpuno izgubila nadu u napredovanje. Njezin se entuzijazam rasplinuo, što se odrazilo na njezinoj učinkovitosti. Uskoro su je upozorili da će je otpustiti ako ne počne raditi bolje.

Kad me je posjetila, Francine je bila u dubokoj depresiji. Uskoro sam doznala da je, izgubivši nadu u promaknuće, počela vjerovati kako nikada neće napredovati. Odmah smo počele raditi na promjeni njezine negativne energije, a objasnila sam joj i kako se zaplela u mrežu suprotstavljenih namjera.

### *Mirenje suprotstavljenih namjera*

Nije neuobičajeno da se u ljudima pojave dva vrlo različita osjećaja prema njihovim željama. S jedne strane se možete uvjeravati da želite biti uspješni - to je prva pokretačka namjera. S druge strane, zbog neugodnog iskustva ili ograničavajućeg vjerovanja možda vjerujete da to nije moguće - što također postaje energetska namjera.

U tom su slučaju vaše želje očajničke i nesuglasne (suprotstavljene) :e se u energetskom području suprotstavljaju jedna drugoj. Intelak-tualno govorite: *Želim; žudim*. Ali, vaša emocionalna energija vrišti: *Uzaludno je! To nije moguće!* Kojemu će vjerovanju Univerzum odgovoriti?

S energetskog stajališta, vaše su negativne emocije u pravilu snažnije, a time imaju veću moć u procesu privlačenja. Što ste malodušniji i očajniji, to će Univerzum više odgovarati na vašu namjeru kako bi te :eške energije zadržao u vašemu životu.

Upravo se to dogodilo Francine. Kad je počela raditi u cvjećarnici, erovala je u sebe i nadala se boljoj budućnosti. Ali, čimbenici nad kojima nije imala nadzor s vremenom su promijenili te osjećaje. Njezin osjećaj poraženosti bio je prožet toliko negativnim emocijama da se zapravo pretvorio u njezinu novu namjeru.

Ali, Francine nipošto nije bila poražena. Uz malo truda uspjele smo ponovno izroniti njezinu nekadašnju vjeru u sebe - i u vlastite sposobnosti. Osim toga, stvorile smo i novu nadu u obliku novoga cilja: zacrtala je plan za otvaranje vlastite cvjećarnice. Odvajala je nešto novca od svake plaće, ali je i svojim klijentima ponudila ulaganje. Premda se to isprva doimalo vrlo teškim, Francine je, usredotočena na cilj, smogla potrebnu hrabrost.

Odlučnost i ustrajnost donijele su joj pobjedu. Sada je vlasnica tri cvjećarnice, a njezin popis uglednih klijenata duži je no ikada.

Ako se osjećate poraženo, morate ponovno zapaliti vatru nade i promijeniti svoja vjerovanja. Bez pozitivnih očekivanja i vjere u vlastiti uspjeh i vi ćete se zaplesti u mrežu suprotstavljenih namjera, zaglaviti u inerciji energije i aktivnosti koja rađa samo ispraznim rezultatima. Posrijedi nije tek klišej, već energetska istina: kakva god bila vaša namjera, ako si dopustite osjećaj poraženosti, bit ćete poraženi.

### *Od želje do zaslužnosti*

Nije dovoljno željeti nešto; potrebno je i znati da to zaslužujete. To je sljedeća važna sastavnica Zakona čiste želje. Da bi vaše želje bile čiste, morate iskreno vjerovati da zaslužujete ono što želite.

Osjećaju zaslužnosti najčešće nas pouče u djetinjstvu. Drugi ga u vama bude načinom na koji vam pristupaju, osudama ili pohvalama. Osjećaj zaslužnosti u temelju je povezan s mjerom pohvala i naklonosti koje ste primali dok ste otkrivali tko ste. Čak se i danas držite svojih davnih zaključaka o tome što biste trebali dobiti i zašto, a ta su vjerovanja važan dio vašega procesa privlačenja.

## DNEVNIK USPJEHA

Da biste bolje shvatili svoj istinski izvor osjećaja dostojnosti i zaslužnosti, u dnevnik zabilježite svoje odgovore na sljedeća pitanja:

- Na koje su vam načine roditelji ili drugi ljudi rekli da nešto ne zaslužujete?
- Vjerujete li da na određeni način niste dostojni, da ste u nečemu manjkavi? Ako vjerujete, što je posrijedi?

- Smatrate li da morate nešto *učiniti, dokazati* ili na neki način *biti drukčiji* da biste bili dostojni? Ako da, zašto?

Sto vaši odgovori otkrivaju o vama? Ako govore da niste zaslužni, morate znati da ti odgovori ne odražavaju vašu istinu. Štoviše, vaš osjećaj nedostojnosti proizlazi iz nečije tuđe stvarnosti, straha ili potrebe za moći. Bez obzira na to je li taj "netko" bio vaš roditelj, učitelj, društveni utjecaj ili bilo tko drugi, vi više ne morate prihvaćati njihovu inačicu istine. Vaša istinska zaslužnost ne temelji se na onome što su vam rekli roditelji ili bilo tko drugi. Vašu dostojnost ne određuje vaš dohodak, diploma, dob ili tjelesna težina. Vaša dostojnost proizlazi iz vašega božanskog nasljeđa.



Uvijek potvrđujte da zaslužujete najbolje. Vaša vrijednost i dostojnost darovi su vašeg osnovnog izvora. Potječu iz vašega božanskog nasljeđa, energije bezuvjetne ljubavi vašeg vječnog roditelja. Uz takav se izvor vaša vrijednost nikada ne mijenja i ne slabi; nema uvjeta koje biste trebali ispuniti, ništa ne morate učiniti. Kao Božje dijete oduvijek ste zasluživali - i uvijek ćete zasluživati - sve divote koje velikodušan Univerzum može ponuditi.

Nedavno sam savjetovala klijenticu koja se suočila s teškoćama na radnom mjestu. Bila je preopterećena odgovornostima, ali nije dobivali priznanja ili naknadu koju je smatrala da zaslužuje. Predložila sam joj da započne s afirmacijama koje će ponavljati mnogo puta dnevno: *zaslužujem poštovanje, zaslužujem sreću, zaslužujem uvažavanje.*

Nazvala me je za nekoliko tjedana, ushićena jer se osjećala mnogo bolje. Osim toga, njezin je rad pozitivno ocijenjen pa je dobila preporuku i lijepu povišicu!

Vrijeme je da ponovno definirate sami sebe - i vlastitu vrijednost - u skladu s temeljnom istinom o tome tko doista jeste: vечно voljeno 3ožje dijete. U dnevnik zabilježite tvrdnje oslobađanja kojima ćete

poništiti škodljive pretpostavke otkrivene prijašnjim pitanjima te dodajte nekoliko afirmacija o bezuvjetnoj zaslužnosti. Oslobodite se starih uvjeta ili iskrivljenih shvaćanja koja ne podupiru to novo viđenje jer su ta ograničenja zatvor koji vam onemogućuje uspjeh. Kad se oslobodite tog zatvora, postat ćete sposobni za još veće oslobađanje - i za primanje svega što želite.

*Ako nešto želite, pustite*

Možda zvuči kao klišej, ali ni najveća potreba ili očaj neće vam pomoći zadržati bilo što. Ti osjećaji samo znatno ograničavaju energiju, koju ćete prije ili kasnije morati osloboditi. Odbacivanje takvih očajničkih vjerovanja i uvjetovane zaslužnosti presudno je važan korak prema najvećem oslobođenju: slobodi od vezanosti, posljednjoj sastavnici Zakona čiste želje koja se ostvaruje činom predaje.

Na taj način ne odustajete ni od cilja ni od želje. Odustajete od vezanosti - od očajničke potrebe da ostvarite svoj cilj. Čistu želju ne možete imati dok osjećate očaj jer tada niste motivirani povjerenjem, već strahom. Ali, popuštanje stiska konačno je prepuštanje vjeri, u budućnost i u samoga sebe. Na taj način potvrđujete svoju sposobnost stvaranja vlastite sreće bez obzira na okolnosti. Istinsku potrebu za stavom prožetim vjerom shvatit ćete razmatrajući sljedeći zakon, koji otkriva da očaj i nestrpljivost samo osujećuju vašu namjeru ostvarenja želje.

#### AFIRMACIJE ZA ČISTU ŽELJU

- *Kao dostojna i vrijedna osoba zaslužujem bogatstvo, obilje i istinsku sreću.*
- *Težim ostvarenju svojih ciljeva kako bih postigao divan život, koji iz dana u dan činim sve sretnijim.*
- *Znam što želim. Znam da to mogu dobiti i veselim se divnom budućnosti koju stvaram čak i u ovom trenutku.*
- *Znam da zaslužujem dobre stvari i divna iskustva.*
- *Kad god se pogledam u ogledalo, potvrđujem i uviđam da sam vrijedan i zaslužan.*

# ZAKON PARADOKSALNE NAMJERE

## *Četvrti univerzalni zakon uspjeha*

*'Izraz 'kvantno polje drugo je određenje za polje čiste svijesti ili čistoga potencijala. A na kvantno polje utječu namjera i želja''*

Deepak Chopra

Premda je prepuštanje tek jedna sastavnica Zakona čiste želje, čini energetske os četvrtog univerzalnog zakona. To načelo otkriva što se događa kad dopustimo da nestrpljivost i potrebitost postanu naši najvažniji motivi. Želja za uspjehom prirodna je i zdrava težnja, ali naše emocije vezane uz *razlog* zbog kojega želimo uspjeh određuju njegovu energetske prirodu.

Povjerenje je lagana, glatka vibracija koja donosi rezultate; očaj je isprekidana, nemirna vibracija koja potpuno onemogućuje njihovo ostvarenje. Odakle proizlazi naš strah po pitanju težnje uspjehu? Proizlazi iz našeg nezadovoljstva onime što jesmo i onime tko jesmo. U našem društvu zavlada težnja "moram to imati": vidimo reklamu za nešto i moramo to nabaviti. Opazimo da naš prijatelj ima nešto novo, pa i sami to moramo imati. Nezadovoljstvo postaje naš



najjači poticaj kad nemamo ono što želimo pa smo spremni zadužiti se, odreći se druženja s obitelji i raditi beskrajno dugo samo da bismo imali više.

Ali, što se događa dok očajnički čekamo da dobijemo ono što želimo? Odašiljemo strahovito odbojnu energiju jer ne osjećamo samo nezadovoljstvo, već i prikraćenost. Neprestano smo opsjednuti onime što nam nedostaje - u tolikoj mjeri da postajemo zavidni kad opazimo da drugi imaju "više", za čime mi žudimo. Osoba koja posjeduje kuću vrijednu 100 000 dolara mogla bi proći pokraj kuće vrijedne 300 000 dolara i osjetiti se siromašno, ali bi se vlasnik skuplje kuće također mogao osjećati loše kad ugleda kuću vrijednu 600 000 dolara.

Uspinjanje ljestvicom "moram to imati" ne prestaje - a zamislite kakvu energiju stvaraju toliko negativne emocije! Vaše osobno energetsko polje često vibrira gotovo opipljivim nemirom, žudnjom i očajem. Mogli biste odašiljati toliko uzburkane i odbojne valove da Univerzum jednostavno ne može odgovoriti pozitivno. Neosporna istina četvrtog univerzalnog zakona glasi: *nedvojbena odbijate upravo ono što očajnički želite imati!*



**Zakon paradoksalne namjere** odražava Zakon privlačenja upozoravajući da dobivate samo povrat vlastite negativne energije. Ako očajnički želite da se nešto dogodi, tom ćete odbojnom vibracijom odbiti to što želite, odnosno ljude i situacije koje bi vam mogle donijeti željeni ishod. Stoga vaš očaj stvara paradoks - ili suprotnost - vašoj prvotnoj namjeri, vodeći vas neuspjehu umjesto uspjehu.

Univerzum želi da postignete sve što želite, a kad se uskladite sa zakonima uspjeha, učinit će sve što je u njegovoj moći kako bi vam pomogao na vašemu putu - ali očaj i nestrpljivost stvaraju nepremostive prepreke. To nije zato što Univerzum želi produljiti vašu žudnju. Štoviše, želi da uživate u životu i *odmah* prijedete u drukčiju, višu vibraciju - i prestanete čekati kakvu maglovitu sreću u dalekoj

budućnosti. Najbolja se energija stvara kad odustanete od nestrpljivosti i prepustite se povjerenju, kad se oslobodite očaja i izaberete mir u sadašnjem trenutku.

Ako živite u nezadovoljstvu, jednostavno ne možete biti sretni. Ako ste opsjednuti onime što nemate, privlačite još veću oskudicu; mogućnost zadovoljstva u sadašnjem trenutku odbacujete stvarajući popis ciljeva koje morate ostvariti da biste u budućnosti bili sretni.

Štoviše, sve dok ne ostvarite te ciljeve, osjećate neugodno nezadovoljstvo. Osjećate da vam nešto nedostaje i ne možete se opustiti dok ne ispunite tu prazninu. Umjesto da uživajte u životu i cijenite ono što imate, neprestano žudite za onime što nemate i nastojite to postići.

To je, po pitanju zakona energije i svijesti, vrlo velika pogriješka. *Ako se odričete današnje sreće radi prihvaćanja sutrašnje neizvjesnosti, ukidate svoju spremnost za primanje. Činite zaokret od stava zahvalnosti prema svijesti o neposjedovanju i potrebi - a kad to izaberete, gubite moć da postignete uspjeh.*

Ovo pitanje nije lagano. Što se događa kad odbacite sve što imate jer želite nešto drugo? Pripremate vlastiti neuspjeh odašiljući vrlo odbojnu energiju očaja. Zbog potrebe da vas nešto drugo usreći, vaša vam situacija nikada neće biti dovoljno dobra.

Sjetite se osjećaja koji proizlaze iz opsjednutosti onime što u vašemu životu nije u redu. Očaj, tuga i žudnja vrlo su snažne emocije te privlače vrlo neugodne rezultate. Ta gruba energija osujećuje vaš uspjeh. Posrijedi je neodoljiva sila, a moći ovog zakona nije moguće umaknuti. Ako odašiljete valove očaja, svojim ćete nastojanjima samo privući očajne situacije i dublje osjećaje bespomoćnosti.

Neosporno je da su svi vaši osjećaji prožeti pozitivnim ili negativnim vibracijama. Vedrina stvara protok i donosi divne rezultate, dok nezadovoljstvo stvara prepreke i donosi problematične rezultate. Ali, svoje emocije (i svoju rezonanciju) možete promijeniti promjenom svojih misli i svojeg žarišta. Morate odustati od nestrpljivosti i prepustiti se mislima povjerenja da biste otvorili vrata magnetske privlačnosti. Umjesto da budete usredotočeni na ono što vam nedostaje, usredotočite se na sve vrijedno što imate kako biste stvorili svijest uspjeha.

Zbog opsjednutosti onime što vam u životu nedostaje, zapravo usmjeravate svoju energiju prema još većoj oskudici! A ako neprestano jadikujete zbog onoga što nemate, samo ćete si stvoriti više razloga za jadikovanje. Svoju biste strast trebali usmjeriti onome kako se *želite osjećati u sadašnjem trenutku*, kako biste u budućnosti privlačili više tog osjećaja. To se naziva vibracijskim usklađivanjem i neizostavno je ako želite biti dosljedni ovomu zakonu. Zamislite koliko ćete biti zahvalni kad se vaši ciljevi ostvare i odlučite osjetiti tu zahvalnost za ono što već posjedujete.

### *Prevladavanje paradoksa*

Mnogim je ljudima vrlo teško odustati od nestrpljivosti jer su uz željene ishode svojih želja vezali mnogo emocionalnih doživljaja. Zabrinuto razmišljaju hoće li moći podnijeti spoznaju da se njihovi snovi nikada neće ostvariti; strahuju da su njihove želje neostvarive i da se s time nikada neće moći pomiriti. Ali, ako se prepustite energijama paradoksalne namjere, temeljna i vladajuća misao o vašem cilju jest: *Bez toga ne mogu biti sretan*. A ako je to vaše temeljno vjerovanje, niste sposobni biti sretni i to postaje vaša stvarnost.

To mi se dogodilo dok sam tražila izdavača za svoju prvu knjigu *Tajne privlačnosti*. Načelima kvantne fizike i ljubavne privlačnosti godinama sam iznimno uspješno poučavala klijente koji su tražili partnere za ozbiljnu vezu. S vremenom sam te zamisli počela iznositi u sklopu seminara, a ljudi su me posvuda pitali gdje mogu nabaviti knjigu o toj temi. Budući da nisam znala za knjigu o primjeni prirodnih zakona na ljubavne veze, odlučila sam je napisati.

Napisala sam knjižicu, koju sam objavila u vlastitoj nakladi, i davala je klijentima te prodavala na seminarima, ali su ljudi počeli kupovati primjerke za svoje prijatelje te pitati može li se nabaviti na nekom drugom mjestu. Budući da se potražnja neprestano povećavala, odlučila sam razmotriti mogućnost objavljivanja knjige.

Ta je uloga u meni probudila mnogo emocija raspirujući davnu želju. Zapravo sam još od dvanaeste godine željela pisati. U to sam vrijeme čitala knjigu o tinejdžerici koja je nakon Drugoga svjetskog rata živjela u Istočnom Berlinu. Knjiga je bila prožeta sjetom, ali i prošarana

humorom; nasmijala me je i rasplakala, a pisana riječ nikada do tada nije na taj način doprla do mene. Tada sam poželjela napisati nešto čime ću doprijeti do ljudi i utjecati na njihove živote.

Zbog toga me je mogućnost objavljivanja knjige veoma uzбудila, ali to nije bila jedina emocija koje me je preplavila. Ispunila me je i tjeskoba te nestrpljivost da se to što prije ostvari. Dopunila sam i uređila knjižicu koju sam objavila u vlastitoj nakladi, te ponudi priložila i plan za još nekoliko poglavlja. Agentice sam lako pronašla - ali one nisu lako pronašle izdavača.

Moja je prva agentica iskazala velik entuzijazam i bila je uvjerena da će knjigu odmah prodati. Poslala ju je "velikim" izdavačima u New Yorku, a njihovi su odgovori bili uglavnom isti. Moje su djelo doživjeli kao još jednu knjigu o ljubavi i odbili ponudu jer "je već objavljeno previše knjiga o ljubavnim vezama".

To me je rastužilo jer sam znala da je doista objavljeno mnogo knjiga o ljubavi, ali ni jedna od njih nije obrađivala kvantnu fiziku privlačnosti! Gotovo svakoga tjedna primala sam novu odbijenicu i tonula sve dublje u očaj. Nakon desetak odbijenica moja je prva agentica rekla da se više nema kome obratiti, pa sam pronašla drugu agenticu koja je nakon pet-šest pokušaja postigla iste rezultate. I ona je nakon nekog vremena odustala.

To me je isprva bacilo u duboku depresiju. Doimalo se da se moj san iz djetinjstva rasplinjava. Neko sam se vrijeme prepuštala samosažaljenju, ali sam napokon shvatila da se prepuštam energijama paradoksalne namjere. Unatoč nadi, nesvjesno sam povjerovala da neću biti sretna ako se to ne ostvari. Moje su namjere bile suprotstavljene pa se plan objavljivanja knjige nije pomicao s mrtve točke, a ja sam iz dana u dan tonula u sve dublji očaj. Znala sam da moram nešto poduzeti!

Svaki dan sam meditirala o oslobađanju svojih paradoksalnih namjera. Morala sam odustati od očajničke potrebe, ali kad god bih afirmirala da je u redu i ako ne objavim knjigu, zaplakala bih. Shvatila sam da oplakujem potencijalni gubitak svojega sna, ali sam se neizostavno morala vratiti sreći u sadašnjem trenutku pa sam se jednostavno prepustila tom procesu. Nekoliko sam tjedana meditirala svaki dan, dopuštajući si tugovanje, i oslobađala se potrebe.

S vremenom sam se uspjela iskreno prepustiti. Odlučila sam nastaviti slati svoju knjigu izdavačima, ali ako se na posljetku ispostavi da bih je trebala objavljivati u vlastitoj nakladi i prodavati na seminarima, odlučila sam to prihvatiti s radošću i cijeniti kao vrijedno iskustvo. Nastojat ću ostvariti svoj san, ali i živjeti zadovoljno! Više nisam plakala jer sam doista odustala.

Zanimljivo je da Zakon paradoksalne namjere donosi rezultate tek kad istinski i potpuno odustanete od očaja - a moj slučaj nije bio iznimka. Nekoliko mjeseci nakon što sam se doista prepustila, upoznala sam osobu koja mi je predložila da knjigu pošaljem izdavačkoj kući Hay House. Isprva sam odbacila tu mogućnost, ponajviše zato jer sam smatrala da je moja knjiga već ponuđena toj kući; izgubila sam se u nizu razočaravajućih odbijenica. Ali, kad sam ustanovila da moja knjiga nije ponuđena toj kući, shvatila sam da mi se ta zamisao doista sviđa jer je Louise Hay snažno utjecala na moj život. Njezine su mi knjige pomogle prebroditi vrlo teška razdoblja, a njezine su me afirmacijske pjesme spasile nakon očeve smrti pa sam odlučila pokušati.

Proces je potrajao nekoliko mjeseci, ali budući da sam doista odustala od nestrpljivosti, nisam osjećala tjeskobu. Štoviše, bila sam toliko opuštena da sam čak i zaboravila na svoju ponudu. Međutim, za nekoliko mjeseci doznala sam da je moja knjiga prihvaćena - i bila sam izvan sebe od sreće!

Moj san o objavljivanju knjige se ostvario, ali je to bio samo početak. Sada uviđam da je Hay House kuća s kojom bih trebala surađivati, s kojom ostvarujem najbolju rezonanciju. Koliko god su me odbijenice rastužile, sada shvaćam da me je Univerzum na taj način štitio. U proteklih nekoliko godina upoznala sam nekoliko ljudi čija su djela objavile druge izdavačke kuće, ali nitko od njih nije doživio osobnu bržnost i istinsku potporu, koje sam ja primila u kući Hay House. Radim s najdivnijim ljudima u ovom poslu: s ljudima koji pružaju istinsku ljubav i svijetu žele pružiti nadu, svrhu i mir. Osjećam kao da sam sa svakim od njih u osobnom odnosu.

Osim toga, kuća Hay House moje knjige objavljuje širom svijeta. Primila sam nebrojeno mnogo pisama i elektroničkih poruka iz svih krajeva Sjedinjenih Američkih Država, Australije, Engleske, Irske, Singapura, Njemačke, Indije te čak Rusije i Albanije - od ljudi koji su

mi željeli dati do znanja kako su ta načela promijenila njihove živote. Te mi poruke znače više no što mogu izraziti riječima; one su ostvarenje želje koja se u meni rodila kad mi je bilo dvanaest godina. Ali, uvjeren sam da se ni jedna od tih divota ne bi dogodila da me drugi izdavači nisu odbili!

Proces slanja ponuda i primanja odbijenica trajao je gotovo dvije godine, a ja sam bila očajna sve dok napokon nisam odustala; ali danas znam da je to doista bilo blagoslov. Univerzum nam katkad ne daje upravo ono što želimo i kada to želimo jer nas u budućnosti čeka nešto bolje. To može biti tek bolji ishod, a možda nešto što će više koristiti našem osobnom razvoju ili učenju povjerenja i odustajanja.

U mojem su slučaju bili prisutni svi ti razlozi. Sada sam uvjeren da me je neprihvatanje u prvoj godini dovelo do mnogo boljeg profesionalnog ishoda, ali što je još važnije, to mi je omogućilo riješiti vlastite probleme vezane uz nestrpljivost i nadzor. Morala sam se suočiti s vlastitom paradoksalnom namjerom i morala sam naučiti živjeti u povjerenju i u *samostvoorenoj* sreći. Dosljedno sam odabirala radost u sadašnjem trenutku, koja mi je donosila željene rezultate - a ne obrnuto!



**Zakon paradoksalne namjere** upućuje na temeljni paradoks osobnog uspjeha: dobit ćete ono što želite ako znate da vam to nije potrebno za sreću! Vaše se žarište na taj način preusmjerava s očajničke namjere prema smirenom nastojanju. Nikada ne šalžite poruku da ste spremni čekati sreću - već samo da ste spremni čekati ostvarenje cilja. Ako vam je određeno postignuće potrebno da biste živjeli u miru i radosti, stvarate energiju očaja koja potpuno razara rezonanciju uspjeha pa budite jasni u svojim namjerama i neustrašivi u svojim motivima. Težite ostvarenju svojih ciljeva zato jer želite da poboljšaju život koji već jest sretan, a ne zato jer ćete bez njih biti nesretni.

Po pitanju objavljivanja svoje knjige nesvjesno sam isplela cijelu mrežu očajničkih potreba. U ostvarenje toga cilja uložila sam svoju vrijednost i čak svoj identitet te sam domislila niz katastrofalnih ishoda ako ne ostvarim svoj cilj. Doživjela sam to kao rasplinjavanje sna iz svojega djetinjstva - pa čak i kao potencijalnu smrt moje profesionalne sreće. Osjećala sam da se više nikada neću moći odrediti kao spisateljica. Ali, ništa od toga nije bilo točno jer ja već jesam bila spisateljica, već sam radila na ostvarenju sna iz svojega djetinjstva i mogla sam odabrati biti sretna dok radim na ostvarenju toga sna. Moja je vrijednost bila sigurna i sama sam odlučila kako ću se odrediti.

Morala sam se podsjetiti da *uspjeh ne ovisi o jednom događaju*. Morala sam se vratiti svojoj čistoj namjeri: želji da pišem u nadi da ću svojim saznanjima pomoći drugima. Sve drugo što se doimalo silno važnim, zapravo nije bilo važno, a riješilo se čim sam odustala!

### DNEVNIK USPJEHA

Pomoću dnevnika razmotrite popis svojih želja. Odgovorite na sljedeća pitanja kako biste otkrili svoje istinske namjere:

- Koje dublje *potrebe* možda onemogućuju vaš proces? Ako ste opsjednuti potrebom da ostvarite svoj cilj, svoju energiju i svijest usredotočujete na ono što u vašemu životu nedostaje.
- Kakvo značenje doista pripisujete ostvarenju toga cilja? Ne dopustite da svrha vašega cilja bude određivanje, spašavanje ili usrećivanje samoga sebe. Težite mu radi njega samoga. Odlučite se odrediti i spasiti - i usrećiti - u sadašnjem trenutku.

Budite strpljivi i vjerujte u božanski raspored. Živite u tkanju Univerzuma u kojemu sliku vaše sudbine stvaraju niti vaše energije, svijesti i namjere. Dopustite si istkati vlastitu budućnost od niti pozitivne energije, stvaralačke svijesti i čiste, skladne namjere u svemu. Ne usredotočujte se na samo jednu mogućnost ili rješenje i odustanite od očaja. Ako je življenje s optimizmom i povjerenjem vaš najveći cilj, vaše će želje biti ostvarene.

- *Znam da je Univerzum velikodušan; na raspolaganju mi je sve što želim.*
- *Odustajem od očaja. Opuštam se i živim u strpljivosti, ustrajnosti i unutaranjem miru.*
- *Odustajem od usredotočenosti na nedostatak i odlučujem opažati samo vrijednosti i blagoslove u svojem životu.*
- *Odustajem od nestrpljivosti i živim s povjerenjem. Znam da odustajanjem od potrebe privlačim ostvarenje svojih želja.*
- *Primjenjujem umijeće prepuštanja. Pouzdajem se i istinski se prepuštam.*



## ZAKON SKLADA

### *Peti univerzalni zakon uspjeha*

*"Usklađujte svoje misli i osjećaje sa svojim postupcima. Najsigurniji način ostvarivanja svrhe jest uklanjanje sukoba ili nesklada između onoga što mislite i osjećate te načina na koji živite"*

Dr. Wayne Dyer

U kvantnoj fizici Bellov teorem nelokaliziranosti opisuje kako aktivnost jedne čestice može utjecati na aktivnost druge, znatno udaljene čestice. To jednako vrijedi na osobnoj razini jer živimo u Univerzumu u kojemu je sve međusobno povezano. Vječna energija neprestano vibrira u nama i oko nas, povezujući nas s drugima i s neprestanom strujom univerzalne energije i događaja. Kad smo usklađeni, plovimo s beskonačnom strujom blagoslova i obilja koja teče posvuda u svijetu. Ali ako *nismo* usklađeni, ne plovimo s tom strujom obilja, već nepomično stojimo ukopani u njezinom koritu i gledamo kako blagoslovi protječu pokraj nas.

Stoga je usklađivanje energije presudno važno za čudesnu pojavu sinkroniciteta, mjesta na kojemu su energije toliko savršeno usklađene da otvaraju svijet nevjerojatnih mogućnosti. Sinkronicitet omogućuje stjecanje iznenađujućih podudarnosti koje rađaju istinskim rezulta-

tima. Kad se to dogodi, na pravom mjestu i u pravo vrijeme nalazimo upravo ono što nam je potrebno: pojave se ljudi koji nam mogu pomoći, primamo upravo onu informaciju koja nam je potrebna, a nadahnuće se naizgled pojavljuje "iz vedra neba". Sklad je stjecanje struja u kojemu se namjera i ishod sastaju na gotovo mistične načine. Ali, to nije čarolija, a ni slučajnost. Posrijedi je usklađivanje - usklađivanje energija, svijesti i čak namjera.



Prema **Zakonu sklada** kad svjesno odlučite stvoriti ravnotežu i uskladiti se s Univerzumom, vaša namjera i energija otvaraju branu obilja Univerzuma, omogućujući vam pristup svim spoznajama, moći i blagoslovima koje ovaj svijet može ponuditi. Da biste postigli to uzvišeno stanje, vaše energije moraju biti u skladu s vibracijskim izvorima u vama i oko vas. Uskladite svoju energiju sa samim sobom, s drugima i sa strujom Univerzuma.

### *Unutarnji sklad*

Svi zakoni - i sva rješenja - započinju s vlastitim jastvom. Uvjet postizanja unutarnjeg sklada jest uravnoteženje vlastitih misli, emocija i aktivnosti, koje se postiže putem svakidašnjih izbora. Vaš način življenja - od naizgled bezazlenih misli do vaših najvažnijih odluka - odredit će mjeru usklađenosti vaše osobne energije.

Uravnotežene misli nisu rastresene ni prožete zabrinutošću; smirene su i usredotočene na ono čime se u tom trenutku bavite. To mentalno stanje započinje samoprihvatanjem i nastavlja se smirenim prihvaćanjem nepredviđenih životnih događaja. Možda će zvučati čudno, ali ravnoteža koja stvara sklad proizlazi iz usredotočenosti na dvije naizgled suprotne namjere: prihvaćanje potpune odgovornosti i odustajanje od nadzora.

Istinska odgovornost za samoga sebe znači da ste potpuno odgovorni za kvalitetu svojega života. Vi upravljate svojim mislima i emo-

ama te stvarate ishode. Taj se zadatak može doimati teškim pa je važno da ga shvatite više kao proces. U životu neprestano stvaramo i privlačimo. Kad svojim mislima i postupcima donesemo bolje izbore, naša se frekvencija povisuje, a svijest čini zaokret. S vremenom počnemo spontanije donositi uzvišenije izbore te poticati još veći sklad.

Jedan od najboljih načina ubrzavanja procesa usklađivanja jest prekidanje kritiziranja samoga sebe. Uravnotežene misli vibriraju ljubavlju - čak i ako ste vi sami njihov predmet. Samoprihvatanje je put prema višoj svijesti i privlačnijoj energiji. *Ne oklijevajte prekinuti s kritiziranjem samoga sebe; ne možete istodobno biti u skladu sa sobom i mrziti samoga sebe.*

Ne možete ploviti s božanskom strujom ako mrzite Božje djelo, a s drugima ne možete uspostaviti sklad dokle god vam misli govore da biste ih se trebali plašiti ili držati pod nadzorom. To je presudno važno za vašu svijest i za promjene vaše energije. Da biste živjeli u ravnoteži sa svijetom i posegnuli u čarobnu rijeku obilja, najprije morate biti u skladu sa samim sobom.

## MIRNI PRIORITETI

Započnite težnjom miru uma i srca jer iz toga mira proizlaze svi blagoslovi. Posrijedi nije pojednostavljena teorija "pozitivnog razmišljanja", već neosporna energetska istina. Što više sukoba doživljavate u svojim mislima i osjećajima, to ćete više nesloge privlačiti u vanjskom svijetu.

Najskladnije - i najuspješnije - emocije jesu ljubav, mir, prihvaćanje i entuzijizam prema vlastitom životu. Ako te presudno važne emocije ne uspijevate istaknuti u svojem svakidašnjem životu, vaš će trud i dalje donositi vrlo slabe rezultate. Da biste to izbjegli, morate ponovno uspostaviti ravnotežu. Prihvaćanje samoga sebe *mora* biti vaše mentalno središte, a ljubav prema sebi *mora* biti vaše emocionalno središte.

Takav smireni temelj znatno olakšava uravnoteženje vaših osobnih aktivnosti, po pitanju vremena i prioriteta. Premda život često iziskuje da pozornost posvetite raznim područjima, kao što su karijera i obitelj,

mogli biste biti skloni najveći dio energije posvetiti jednom području te zanemariti ostala.

Koliko god se to doimalo normalnim, neuravnoteženi prioriteti neizostavno obuhvaćaju energetske problem jer šalžete signale koji govore da ste voljni odreći se nečega što vam je važno. Te jasne vibracijske poruke mogu privući samo ljude i situacije koje će od vas tražiti još veća odricanja. A ako dosljedno stavljate *sebe* na zadnje mjesto, ondje ćete biti i po pitanju ostvarenja svojih želja. To ne možete izbjeći: *Univerzum vam uvijek uzvraća vaše prioritete.*

Sklad na djelu iskazuje zdravo poštovanje prema samome sebi, prema voljenim osobama, prema vlastitoj karijeri i prema osobnim ciljevima. Posrijedi je doista čin uravnoteženja, i te kako vrijedan truda. Da biste postigli najskladniju moguću rezonanciju, morate doista uvidjeti kako trošite svoju tjelesnu i emocionalnu energiju.

Ako vam je život preopterećen beskrajnim zadacima i jurite sa sastanka na sastanak, vaša će vibracija biti nemirna pa ćete privlačiti teškoće i previranja drugih. Ako dane provodite u neprestanom stanju neusredotočenosti, prepuštajući se užicima i ovisničkim ponašanjima, takvo stanje može narušiti vašu skladnu rezonanciju te prekinuti glatko napredovanje prema ostvarenju vašega sna. Ako ste neuravnoteženi, niste u stanju sklada, a vaše se vibracije ne podudaraju s univerzalnom strujom.

Skladan izbor je izbor smirenosti - odnosno izbor mira umjesto sukoba, povjerenja umjesto straha i uvažavanja umjesto osuđivanja - a moguć je u svakoj situaciji. Oslobodite kaos iz svojeg uma i uklonite strah iz srca. Dopustite si izabrati mir, povjerenje i uvažavanje. Zatvorite oči, prepustite se, duboko dišite... i osjetite zaokret svijesti koji ćete na taj način postići.

## DNEVNIK USPJEHA

Oslobodite se negativnih misli pomoću dnevnika. Ako ste potišteni, zabilježite svoje misli, a potom ispišite pozitivniju pretpostavku. Ako osjećate strah, afirmirajte da činite zaokret prema povjerenju; ako ste gnjevni, u dnevniku pišite o tome. To će vam pomoći da svjesno uve-

dete mir u svoje emocije. Ispušite svoju gnjevnu energiju, a potom situaciju prepustite Univerzumu. Blagoslovite je i *istinski* prepustite.

### *Sklad s drugima*

Skladna rezonancija započinje od samoga sebe te se širenjem povezuje sa svim živim bićima. Kad su ljudi u skladu jedni s drugima, događa se prelijepa vibracijska simfonija. Vi ste u središtu te glazbe, koju možete uporabiti za skladanje divnih melodija u svakom području svojega života. Ali, da biste bili dio tog veličanstvenog zvuka - a ne tek slušatelj u publici - svoje energije morate uskladiti s energijama drugih.

*Da biste postigli istinski sklad, morate jednako prihvaćati sebe i druge, ne tražeći njihovo odobravanje i ne uskraćujući im svoje.* To je presudno važno ako želite napustiti destruktivne energije sukoba. Pomoć Univerzuma ne možete dobiti ako radite protiv njega pa biste trebali težiti jedinstvu umjesto razdvajanja i opažati sličnosti umjesto razlika. To nije tek idealistički svjetonazor, već neizostavan uvjet za stvaranje energije uspjeha.

Svoje viđenje drugih ne možete odvojiti od svojeg viđenja samoga sebe. To je osnovna sastavnica vaše osobne stvarnosti i svijesti. Ako svijet doživljavate kao poprište neprestanog nadmetanja, vaš će put prema ostvarenju ciljeva neizbježno biti utemeljen na strahu. Dokle pod druge doživljavate kao potencijalnu prijetnju svojoj sreći, suđeno vam je živjeti u strahu te djelovati iz očaja i nestrpljivosti.

Ali, ako znate da ste *sami* izvor svih svojih rješenja, nitko vam ne može biti prijetnja. Življenje u višim energijama ljubavi i prihvaćanja privlači ljude koji vas podupiru, umjesto ljudi koji vas ugrožavaju. Zinjenica je da neprihvaćanjem dajete moć drugima. Vaša energija kaže: "Ti imaš moć u meni probuditi gnjev ili strah; ti imaš moć nada mnom."

Ali, kad odlučite prihvaćati druge, ponovno preuzimate vlastitu moć. Preuzimate nadzor nad svojim emocijama i svojim energijama te stvarate višu, mirniju svijest usklađenu sa strujom namjere Univerzuma. Vaša odluka o prihvaćanju drugih pokazuje da ste voljni surađivati

kako biste postigli sklad sa sobom, s drugima i sa svijetom - što više prihvaćate, to ste utjecajni u energetskom području. Neprihvatanje drugih ne samo što umanjuje vašu moć već vam i donosi ljude i situacije koje će za vas biti još veći izazovi.

Mržnja odašilje neprijateljske ubode oštre energije, rezonanciju koja bi mogla povrijediti druge, ali neće stati na tome. Te kukice negativne vibracije hvataju još više negativnosti iz Univerzuma, uzimaju zamah i vraćaju vam još veću nesnošljivost. Trebali biste odustati od osuđivanja i prekoračiti strah, čak i ako to činite samo za vlastito dobro, te izabrati ljubav i prihvaćanje.

Istinski sklad postizete kad druge promatrate suosjećajno - drugima riječima, kad se zamislite u njihovoj situaciji. Što više ljudi odluči uvidjeti svoju zajedničku ljudskost i povezanu svijest, njihova empatija proširuje struju sklada. To dovodi do dubokog i radosnog energetskog sjedinjenja, sklada razumijevanja koje povisuje vašu vibraciju - i vibraciju svih povezanih.

### *Sklad s Univerzumom*

Po pitanju vremena i mjesta vibriranja vaših energija nema ograničenja; u Univerzumu nema vremena i mjesta na kojemu se vaš utjecaj ne osjeća. Sve što činite, govorite i mislite izlazi iz vas s vašom osobnom frekvencijom. S vremenom će se povezati s drugim, sličnim valnim duljinama, a združene će vam se vibracije potom vratiti. O vrsti energija s kojima ste podudarni ovisi hoćete li privući dobro ili zlo.

Sklad s Univerzumom uspostavlja se kad se povežete s izvorom samog Univerzuma - s uzvišenom Sviješću koja je stvorila svu stvarnost. Ako doista želite uskladiti svoju energiju sa svakom pozitivnom vibracijom na svijetu, dovoljno je da *se povežete s Božanskom Sviješću*. Božanska je Svijest neprestano prisutna i bliža vam je no što mislite.

Zanimljivo je kako ljudi nastoje odbaciti tu moćnu silu ili joj se čak oduprijeti po pitanju njezine primjene na osobne težnje. Božanska prisutnost možda im je nerazumljiv pojam, možda potiče zastrašujuća sjećanja ili je previše apstraktna - ili dogmatična. Koji god bio razlog, mnogi se istinski opiru zazivanju te moći i na taj način prekidaju

svoju vezu s najvažnijim izvorom rješenja. O vama ovisi hoćete li tu veličanstvenu stvaralačku Svijest nazvati Bogom, Izvorom Ljubavi, Stvaralačkom Silom ili jednostavno Univerzumom. Važna je samo vaša neporeciva veza s njom.



Vi ste sveta duša i srce, očitovanje Božanske namjere. Viša Inteligencija svega stvorenoga uvijek vibrira u vama i oko vas. Što više uskladite svoje energije s tim svemoćnim bilom, to više ulazite u struju blagoslova Univerzuma. Što više iskreno uvažavate taj dio svojeg identiteta - na svjesnoj i na energetskoj razini - to ćete jasnije shvaćati sve što činite. Ako živite u skladu s namjerom Univerzuma prožetom ljubavlju, vidite jasno, namjere su vam čiste i djelujete stvaralački.

Počnite uvažavati tu unutarnju moć afirmacijom: *Sjedinjen sam s Izvorom Ljubavi. U svemu sam povezan s Božanskom Prisutnošću; uvažavam Božansko u sebi i u svim ljudima. Privlačim beskonačne blagoslove iz tog svemogućeg, sveljubećeg Izvora i zahvalan sam.*

#### VIZUALIZACIJA: VAŠA SVETA VEZA

Ovaj će vam postupak pomoći uskladiti vlastite energije s Univerzumom. Vizualizaciju izvodite prije spavanja ili tijekom dana odvojite nekoliko minuta kako biste se opustili i podsjetili se na tu najplemenitiju Silu u svojem životu. Da biste si olakšali postupak, upute možete snimiti na vrpcu te snimku reproducirati dok tonete u san. Jednostavno se usredotočite na riječi, a ako vam um odluta, blago ga vratite svojoj nakani osjećanja Božanske veze duboko u srcu.

*Polako vizualizirajte kako sunčeva svjetlost i toplina teku kroz vas, dovodeći vas u stanje opuštenosti i spokoštva. Duboko u sebi opažate vrlo moćnu prisutnost koja izvire iz blještavog izvora svjetlosti. To je luč Božanske ljubavi, koja vam donosi osjećaj smirene sigurnosti i vaše*

*srce ispunjava uzvišenim mirom. To je mjesto nepomična točka u vama, veza u kojoj vas sveljubeći duh Božanskog obavija svjetlošću bezuvjetne, savršene ljubavi.*

*Osjetite tu svjetlost; udišite tu svjetlost; budite ta svjetlost. Dopustite si osjetiti kako vas ispunjava energija Božanske ljubavi. Poput vječnog vrela, neiscrpan izvor prosvjetljenja ispunjava vas mudrošću i radošću. Svaka kap donosi jasnoću i spokojstvo, a svaka vibracija donosi ohrabrenje i ljubav.*

*To je blažena spoznaja Božanske prisutnosti, vječno ponuđen dar savršenog, vječnog Izvora. Ne postoji trenutak u kojemu tu savršenu svjetlost nije moguće osjetiti ili u kojemu nije moguće prizvati Božju moć i prisutnost. Uskladite se s blistavom energijom koja vibrira u vašemu svetom srcu - uskladite svoje srce s Božanskim srcem, svoju ljubav s Božanskom ljubavlju, svoju namjeru s Božanskom namjerom. To je vaša sveta veza... spremna i na raspolaganju u svakom trenutku, na svakom mjestu i u svemu. Otvorite se njezinoj divnoj energiji; znajte da je ta Prisutnost ljubavi svaki dan uz vas.*

*Vaša odluka da se uskladite sa samim sobom, s drugima i s energijom Božanske ljubavi, čarobno djeluje na svim područjima vašega života. Ta je odluka središte sinkroniciteta, izvor čudotvorne energije koja sukob pretvara u mir, a teškoće u sreću. Vraćajte se tom spokojstvu kad god vam se pruži prilika.*

#### AFIRMACIJE ZA ŽIVOT U SKLADU

- *Uvijek prihvaćam odgovornost za svoje misli, emocije i za kvalitetu svojega života.*
- *Živim uravnoteženo i sretno. Odabirem sklad.*
- *Prihvaćam samoga sebe; prihvaćam druge. Uvažavam Božansku svjetlost u svima nama.*
- *Neograničeno bogatstvo i sreća slobodno teku kroz Univerzum, a ja zaslužujem dobiti sve što želim.*
- *Ja sam dio Univerzuma. Otvaram se struji ljubavi i blagoslova, koja je posvuda oko mene.*



# ZAKON ISPRAVNOG DJELOVANJA

## *Šesti univerzalni zakon uspjeha*

*"Sami moramo biti promjena koju želimo u svijetu"*

Mohandas K. Gandhi

Zakon ispravnog djelovanja i Zakon privlačenja tijesno su povezani. Oba podrazumijevaju razmjenu energije, ali su prisutne i suptilne razlike. Zakon privlačenja uglavnom se odnosi na vaš stav prema samome sebi, dok načelo, koje ćete upoznati u ovom poglavlju, obuhvaća tu zamisao, ali se proteže i na stav prema drugima. To može biti zanimljiva dvojba jer su mnogi ljudi u zabludi da oba pitanja nije moguće uspješno uskladiti. Smatraju da moraju biti sebični ako žele biti dobri prema sebi - ili da se moraju žrtvovati ako žele biti dobri prema drugima. Ali, Zakon ispravnog djelovanja govori da to ne mora biti tako.

Energija koju odašiljete - neovisno o tome je li upućena vama ili drugima - s vremenom se gomila i čini svojevrsan bankovni račun vaše sudbine. Svaka vaša misao i svaki postupak, svaka interakcija s drugim - pozitivna ili negativna - postaje dio vašeg ulaganja. Ako

ulažete samo negativnost, negativnost će vam biti isplaćena. To vrijedi za svaki vaš postupak, bez obzira na to je li upućen vama ili drugima.



Zakon ispravnog djelovanja kaže da se vaša energija sama održava u svijetu. Vrijednost, čast i dostojanstvo u vašemu će se životu povećavati onoliko koliko ih promičete u svojem okruženju. S druge strane, ako svojim postupcima narušavate vrijednost, čast i dostojanstvo drugih, ta će vam se razorna energija s vremenom vratiti. U skladu s tim načelom uz svaki izbor morate si postaviti presudno važno pitanje: "Iskazujem li ovim činom poštovanje sebi i drugima?"

To je težište svih vaših energetskih mogućnosti. Cijeloga života donosite izbore koji će pojačati vaš osjećaj poštovanja ili ga oslabjeti. To vrijedi za vaše svakidašnje odluke, za neugodne unutarnje dijaloge i za odnose s drugima. Vaši su dani ispunjeni beskrajnim mnoštvom mogućnosti, a vaši će izbori biti energetski odgovorni za usmjeravanje vaše sudbine prema sreći ili prema razočaranjima.

Energija poštovanja jedna je od najsnažnijih i najprivlačnijih frekvencija koje možete odaslati. Kad je izaberete, osjećate je duboko u sebi i u svojim emocijama; ali kad odaberete nepoštovanje, osjećate da nešto nije u redu. Čak i ako privremeni ishod bude dobar, to jednostavno ne osjećate kao ispravno. Premda nema jasnih pravila koja bi određivala tu razliku, jednostavno je osjećate u srcu. Kad god nešto pomislite, odlučite, izgovorite ili učinite, duboko u sebi znat ćete odašiljete li energiju poštovanja koja će vam uzvratiti vrijednostima.

Imala sam klijenticu po imenu Casev, koja je radila na srednjoj razini uprave jedne tvrtke za računalno programiranje. Svaki dan je nadzirala rad sedmero ljudi. O rezultatima rada svojega tima obavještavala je svoju šeficu, koja je njezino izvješće prosljeđivala glavnom šefu. Casey je savjesno vodila svoj tim, ali se željela uspeti u zapovjednom lancu.

Nedugo nakon što je došla na taj položaj, ustanovila je da njezina šefica mijenja neke podatke u njezinim izvješćima prije no što ih

prosljedi šefu. Isprva joj se to nije doimalo osobito važnim, ali joj je ipak smetalo, iako je oklijevala progovoriti o tome. Nije bila sklona sukobljavanju, a njezina je šefica često kritizirala njezin rad te izražavala nezadovoljstvo.

Međutim, Casey se na posljetku morala suočiti s njom, na što joj je šefica rekla neka ne podiže prašinu. Rekla je kako je to bilo samo nekoliko manjih izmjena i obećala da se to neće ponoviti. Dodala je kako bi bilo besmisleno povlačiti to pitanje nakon toliko vremena.

Situacija se privremeno smirila, ali je Casey za nekoliko mjeseci doznala da njezina šefica ponovno mijenja podatke kako bi dobila više sredstava ili vremena - i ponovno je uvjerala Casey kako bi trebala šutjeti o tome. To se nastavilo otprilike godinu dana, a u tom su razdoblju u tvrtki promaknute dvije osobe. Moja se klijentica prijavila za oba promaknuća, ali nije dobila ni jedno. Njezina je šefica nije preporučila jer je željela zadržati nadzor nad njom; znala je da njome može manipulirati pa ju je zadržala.

Casey je postala duboko nezadovoljna svojim poslom, šefici je zamjerala nedostatak poštovanja prema drugima i osobne čestitosti i izgubila je svaku nadu u promaknuće. Došla je na terapiju kako bi se oslobodila posljedične depresije, ali nije bila svjesna da se najprije mora suočiti s pitanjem nepoštovanja. Nepoštovanje je bilo prisutno u svakom vidu njezina iskustva te je prouzročilo depresiju.

Njezina prva pogrješka bilo je dopuštanje šefici da joj pristupa bez poštovanja. Mnogi ljudi upadaju u tu zamku jer smatraju da se ne smiju suprotstaviti nečijem autoritetu, ali koliko god se doimalo teškim, to je pitanje potrebno riješiti. Energija obezvrjeđivanja samoga sebe je teška i donosi ozbiljne posljedice. Casey je bila očajna, nije mogla napredovati u tvrtki i, što je najvažnije, bila je spremna žrtvovati vlastitu čestitost i samopoštovanje jer se plašila da će biti otpuštena. Nije poštovala sebe, šefa, svoje klijente i svoj posao; premda se isprva nije doimalo tako, nije poštovala ni šeficu koja je bila u središtu svega toga.

Nakon razgovora o univerzalnim zakonima i njezinoj energiji, Casey je znala što joj je činiti. Otišla je k šefici i rekla joj da će se situacija morati promijeniti. Nije joj bilo lako, ali je rekla da zahtijeva

više poštovanja jer ga zaslužuje. Šefici je rekla i kako je šefa potrebno obavijestiti o izmijenjenim izvješćima. Predložila je da zajedno pođu k njemu, a šefica je, na njezino iznenađenje, prihvatila njezin prijedlog.

Caseyno izražavanje poštovanja se isplatilo. Šef je pohvalio njezinu hrabrost i iskrenost te je čak oprostio šefici koja je učinila sve to jer se osjećala preopterećenom nadziranjem velikog broja timova. Štoviše, šef je odmah domislio rješenje: Casey je postala šefica - s odgovarajućim promaknućem i plaćom - nekim timovima za koje je do tada bila zadužena njezina šefica.

Situacija se poboljšala za svakoga. Casey je zarađivala više i dobila je željeno priznanje, a njezina je šefica rasterećena. Radile su učinkovitije, a šef je bio uvjeren da je situacija ponovno pod nadzorom.

Pitanje poštovanja u ovom je slučaju jasno, ali u mnogim situacijama nije tako lako ustanoviti ispravnu odluku. Morate poslušati svoje srce i pronaći mogućnost koja odgovara vašemu shvaćanju osobnog dostojanstva. Ispravno postupanje nije uvijek najlakši put, ali uvijek čini najbolju energiju za sve na koje utječe. Ako dvojite, ravnajte se prema sljedećim smjernicama.

#### SMJERNICE ZA ISPRAVNO POSTUPANJE

- Uvijek prihvaćajte odgovornost za sebe, za svoje odluke, za svoje emocije, za svoju energiju i za svoje postupke.
- Birajte ono što unapređuje vaše mentalno, tjelesno i emocionalno zdravlje. U svakoj se situaciji zapitajte što doživljavate kao poštovanje.
- Težite istinskoj unutarnjoj moći, a ne vanjskoj manipulaciji ili nadzoru.
- Poštujte sebe te isto zahtijevajte od drugih.
- Poštujte druge, odustanite od osuđivanja i živite suosjećajno.
- Budite iskreni, ali ne i okrutni.
- Uvijek budite dovoljno hrabri da živite dostojanstveno i ostvarujete samoga sebe - bez optuživanja, bez opravdanja.

Ako postupate ispravno, znate to. Vrijednost pjeva u vašem srcu i odašilje vašu divnu melodiju u odjecima privlačnosti. Potiče sklad i uzvraća vam univerzalnim ispravnim postupanjem; to je put namjere prožete istinskom ljubavlju.

### *Namjera prožeta ljubavlju*

Osnovna namjera u temelju ispravnoga postupanja jest stvaranje vrijednosti i širenje ljubavi. Štoviše, ljubav je energetski katalizator svakog uspješnog stvaralačkog očitovanja. Kad svoje misli uskladi-mo s tom vibrirajućom silom, svoju frekvenciju povezujemo s višom viješću koja je stvorila sve; ne postoji veća moć koja bi nam mogla pomoći u ostvarenju naših snova.

Namjera ljubavi potiče nas na ponašanje koje povećava vrijednost u našim životima i u životima drugih. Govoreći o ispravnom postupanju, odabiremo poštovanje, vrijednost i obazrivost. Na taj način možemo povisiti svaku vibraciju u svakoj interakciji i iskustvu. Možemo prihvatiti umjesto da osuđujemo, pružiti potporu umjesto da obeshrabrujemo, odrediti prioritete umjesto da odbacujemo i pružati moć umjesto da nadziremo. Svaki se dan suočavamo s desecima takvih izbora - u obliku usputne pohvale ili kritike. Vaš stav prema drugima u velikoj mjeri određuje tko ste - gotovo koliko i vaš stav prema samome sebi. Kad odlučite postupiti s poštovanjem i uvažavanjem, vaše energije vibriraju ispravnošću.

Svi smo osobiti. Kojim god to dokazima pokušali osporiti, svatko od nas ima vrlo važnu ulogu u vječnom ustrojstvu svijeta. Mnogi vjeruju da našu osobitost određuju uzvišeni postupci, gomilanje bogatstva, iznimna ljepota ili darovitost. Ali, ustrojstvo Univerzuma nalik je ustrojstvu golemog, složenog sata. Taj sat možda ima veličanstvena zvona, lijepe pozlaćene pokretne ukrase i pozlaćene kazaljke, ali obuhvaća i nebrojene dijelove koji se izvana ne doimaju važnima. Pa ipak, svaki je, čak i najmanji, naizgled nevažan dio važan i osobit.

Naše ljudsko ustrojstvo također je složena mreža mnogih različitih funkcija, ali su sve povezane na važan način. Bez obzira na to jesmo li

toga svjesni, svatko od nas je važan dio složenog mehanizma univerzuma, koji sveopćem iskustvu dodaje svoju jedinstvenu energiju.

Ako izaberemo poricati vlastitu osobitost te umanjivati vlastitu vrijednost ili vrijednost drugih, stvaramo otpor u pravilnom funkcioniranju mehanizma naše sveopće svrhe. Ako naučimo uvažavati sebe kao osobite te sve druge - bez obzira na njihove okolnosti - doživljavati kao vrijedne dijelove u božanskom mehanizmu, sposobni smo uvidjeti Univerzum kao potpun, a naše poštovanje širi ispravno djelovanje u svim smjerovima.

Ispravno djelovanje ne odnosi se na moralnost, već na energetske uzrok i posljedice. Štoviše, neki bi ljudi ovaj zakon nazvali Zakonom uzroka i posljedice. U svakom slučaju energetska je istina neporeciva: primit ćete istu energiju koju šaljete drugima. Ako ste puni mržnje i skloni manipuliranju, s vremenom ćete to doživjeti u vlastitom životu. Ako ste prijetvorni i nepošteni, ljudi će nakon nekog vremena tako pristupati vama. Zakon privlačenja kaže da bi vaše poštovanje trebalo biti usredotočeno na vaš stav prema sebi, dok Zakon ispravnog postupanja kaže da bi poštovanje trebalo biti usmjereno drugima. To se može doimati proturječnim, ali ako živite u ravnoteži, drugima možete posvetiti pozornost bez žrtvovanja samoga sebe, a poštovanje - ili ispravno djelovanje - može postati dio vašega svakidašnjeg života.

Pitanje poštovanja je subjektivno, ali je namjera poštovanja utemeljena na ljubavi. Vaša odluka da ustanovite tu namjeru pojačat će vaš osjećaj dostojanstva i dati vam istinsku - ne lažnu - moć. Autoritet više nećete morati ostvarivati putem otrovnih energija arogancije ili nesnošljivosti - ili čak straha. U tome će vam znatno pomoći sposobnost procjenjivanja energetskih posljedica vlastitih postupaka, a kad se nađete u dvojbi, razmislite o mogućnosti koja proizlazi iz ljubavi i poštovanja. To je sav smisao ispravnoga djelovanja te izbor koji će uvijek donijeti *ispravne* rezultate.

## AFIRMACIJE ZA ISPRAVNO DJELOVANJE

- U svemu što činim i u svemu što mislim uvijek odabirem poštovanje prema sebi.
- Sve više odabirem poštovanje prema drugima i odustajem od osuđivanja. Živim suosjećajno.
- Svjestan sam da mi se moji postupci vraćaju. Uvijek biram ispravno djelovanje.
- Odustajem od nadmetanja i odabirem vidjeti druge u drukčijem svjetlu. Svatko je blagoslov za mene.
- Sve sam svjesniji energija drugih. Biram ljubav i prihvaćanje u svojem stavu prema drugima.

# ZAKON SIRENJA UTJECAJA

## *Sedmi univerzalni zakon uspjeha*

*"Postoji misleća tvar iz koje je sve stvoreno i koja, u svojem izvornom stanju, prožima i ispunjava međuprostore univerzuma"*

W. D. Wattles

Sedmi zakon otkriva kako vaša rezonancija utječe na druge - i kako njihova rezonancija utječe na vas. Sav je život razmjena energije, koja se neprestano kreće posvuda oko nas. Neprestani proces gomilanja stvara vibracijsku i emocionalnu osnovu naših života.

Dakako, neke kvantnofizikalne pojave prikazuju funkcioniranje toga procesa. Prvi utjecaj naziva se *fazno sprezanje*. U svijetu prirode čestice se povezuju i razdvajaju, ali kad se dvije čestice spoje, po razdvajanju često odnose dio druge čestice. To je bit faznog sprezanja: kad se dva entiteta sretnu, događa se međusobno preuzimanje energija; svaki po razdvajanju ostavlja nešto za sobom.

Fazno sprezanje može se dogoditi i po pitanju ljudskih emocionalnih iskustava. Štoviše, to nam se svima svaki dan događa. Uspostavljamo kontakt s drugom osobom i sa sobom odnosimo njezinu vibraciju - kao što ona odnosi našu. Primjerice, uslijed rasprave s čudljivim tinejdžerom i sami možemo postati razdražljivi. Ako neko vrijeme



provedemo s deprimiranom osobom, mogli bismo opaziti da se i sami osjećamo potišteno, čak i dugo nakon druženja s njom. A družeći se s veselom osobom i sami osjećamo radost. Emocije su zarazne, a svaka osoba ima svoj energetski utjecaj.

Ovo je načelo presudno važno za našu težnju uspjehu. Zbog složenosti energetskog utjecaja moramo biti potpuno svjesni odnosa koje uspostavljamo, ne samo u privatnom već i u društvenom te profesionalnom životu. Duh drugih ne utječe samo na naše misli, raspoloženja i zadovoljstvo, već oblikuje i naše izbore.

Očito je da je taj obrazac važan po pitanju posjedovanja ili vođenja tvrtke - iznimno je važno zapošljavati čestite ljude. Budući da se energetski utjecaji u svijetu šire, vjerojatno ne želite da osoba nižih vibracija širi energije nemara i prevare na vašem radnom mjestu. Zbog istog razloga važno je da *sami* budete čestiti u svojem poslovanju.

Stara izreka kaže: Kako kralj, tako i narod. To znači da sljedbenici prihvaćaju stavove i postupke vođe te ih šire na sve strane. Tu istinu opažamo i u današnjem svijetu. Vrijedi za zemlje kao i za zajednice, tvrtke i obitelji.



**Zakon širenja utjecaja** pokazuje da se vaša energija širi u svijetu te utječe na vaše osobno područje i na cijeli svijet. Vi možete utjecati - i utječete - na sve, od učinkovitosti svoje tvrtke i sklada svoje obitelji do svjetskog mira! Moć vaših osobnih vibracija uslijed ovoga zakona postaje globalna. Ako odlučite živjeti s poštovanjem u srcu i upućivati ga svima oko sebe, ta pozitivna energija širi se na sve vaše krugove utjecaja... a vaša namjera sklada s vremenom se proširi do svijesti svakoga ljudskog bića.

Ako želite da u vašoj obitelji vlada veći mir, tu namjeru najprije morate stvoriti u *sebi*. Ako želite da vaši radnici budu marljiviji, tu energiju morate odašiljati u vlastitom životu. Svi bismo trebali biti svjesni utjecaja i dosega vlastite moći. Put prema uspjehu iziskuje

čestitost, entuzijazam, ohrabrenje i potporu. Bez obzira na to je li posrijedi uspješan posao ili sretna veza puna ljubavi, osobne valne duljine presudno su važne za ostvarivanje najpoželjnijih rezultata.

### *Širenje djelovanja*

Kao što smo već ustanovili, Bellov teorem nelokaliziranosti otkriva da događaj na jednom mjestu može imati znatan utjecaj na drugom, znatno udaljenom mjestu. To vrijedi i za vašu osobnu energiju te postupke. U našem čudesnom Univerzumu u svakom se trenutku, na bilo kojem mjestu može dogoditi bilo što.- Zbog naših kvantnih veza naši postupci i namjere mogu iznjedrili trenutne rezultate od neočekivanih ljudi i na neočekivanim mjestima. Od najmanje čestice do najveće mase Univerzum je vibrirajuće područje potencijala, beskrajno polje mogućnosti. Zbog tih beskrajnih mogućnosti i naše nelokalne moći trebali bismo uvijek djelovati u smjeru svojih ciljeva. Rezultati se ne moraju ostvariti na očekivane načine, ali će se uz ispravnu energiju ostvariti.

Moja je prijateljica tu pojavu doživjela dok je pokušavala posvojiti dijete. Željela je posvojiti američko dijete putem agencije koja je okupljala potencijalne biološke majke, a svaka od njih mogla je između nekoliko parova izabrati onaj kojemu će dati svoje dijete.

Nakon gotovo godinu dana traženja potencijalne biološke majke, Megan je bila spremna odustati. Odvjetnik joj je savjetovao da pošalje pismo porodničarima i ginekolozima u svojem području, jer se oni često sreću s pacijenticama kojima se događaju neželjene trudnoće pa dijete žele dati na posvajanje. Stoga je Megan poslala stotine pisama i bila nazočna mnogim sastancima, ali bez uspjeha.

U tom me je razdoblju često nazivala kako bi mi se izjadala, a ja sam joj savjetovala da nastavi djelovati u svim smjerovima. Kad posijete sjemenke namjere, nikada ne znate kad će uroditi plodom. Megan je nastavila djelovati na sve moguće načine i za nekoliko je mjeseci primila poziv svoje prve agencije, od koje je odavno odustala. Imali su trudnicu koja je trebala roditi u siječnju, a za potencijalne posvojitelje je izabrala Megan i njezina supruga Sama.

Megan i Sam trebali su proći nekoliko razgovora s biološkim roditeljima kako bi se potvrdilo da su izabrani. Megan je namjeravala odustati od slanja pisama i drugih pokušaja, ali sam joj savjetovala da ne odustane. Rekla sam joj kako će nastavak nastojanja na različite načine pomoći ostvarenju njezina cilja.

Prošireno djelovanje - odnosno djelovanje u svim smjerovima - ublažava nestrpljivost te sprječava negativne utjecaje paradoksalne namjere. Megan je to iskusila jer što je više radila na drugim mogućnostima, to je manje očaja vezala uz želju da budu izabrani. Već se izjalovilo nekoliko mogućih posvajanja pa je morala odustati od vezanosti uz taj ishod kako bi privukla najbolje rezultate. Njezine su je aktivnosti podsjećale da želi dijete - ali ne nužno *to* dijete. Opažajući mogućnosti u različitim smjerovima, uspjela je osloboditi se nestrpljivosti i opsjednutosti, energija koje su mogle osujetiti ostvarenje njezine želje.



Osim ublažavanja nestrpljivosti, nastavak djelovanja znatno širi namjeru. Što više poduzimate, to više energije pridajete svojoj namjeri. Svaki je postupak nalik upućivanju još jednog zahtjeva Univerzumu, a nikada ne znate kako će i kada Univerzum odgovoriti. Sjemenke biste mogli posijati u jednom području, a plodove ugledati u posve drugom području.

To se dogodilo Megan. Odustala je od prve agencije, koju je ponovno privukla svim drugim postupcima. A tada je, uz razgovore s biološkim roditeljima, nastavila djelovati u svim smjerovima. To nije samo održavalo njezinu smirenost, već je i potvrđivalo njezinu namjeru da ostvari taj san.

Dugoročno gledano, njezin se trud isplatio. Drugi su potencijalni posvojitelji polako, ali sigurno izdvojeni iz konkurencije, a Megan i Sam izabrani su za posvojitelje dječaćića koji će se roditi. Njezin se san ostvario - samo zato jer nije prestala djelovati.

Energetska moć naše nelokalne prirode iznimno je djelotvorna. *Svaka misao i svaki postupak siju novu sjemenku u vrt naše sudbine.*

Možda nismo odmah svjesni posljedica, ali je važno znati da je proces namjere i utjecaja beskrajan. Uvijek donosi rezultate na ovaj ili onaj način pa bismo trebali namjeravati najbolje i pozitivno djelovati u svim smjerovima. Na taj se način otvaramo *svim* mogućnostima koje nam Univerzum može ponuditi - pa čak i neočekivanim.

## DNEVNIK USPJEHA

Pomoću dnevnika razmotrite kako svoje osobne namjere možete proširiti u raznim smjerovima. Imajući na umu svaki pojedini cilj ili želju, istražite različite - i možda čak neuobičajene - načine njihova ostvarenja. Ako je potrebno, raspitajte se ili zamolite prijatelje da vam pomognu domisliti koju novu zamisao. Zabilježite ih i dodajte nove kad god se pojave. Kad se dosjetite novih pristupa, ne plašite se primijeniti ih. Najbolji rezultati katkad proizlaze iz najneobičnijih zamisli.

### *Širenje po cijelom svijetu*

Valovi našeg utjecaja nisu ograničeni na težnju ostvarenja vlastitih, osobnih ciljeva. Štoviše, to je tek mali dio stvaranja svijesti. Neovisno O tome jesmo li toga svjesni, naš se utjecaj širi čak do udaljenih krajeva svijeta. Sedmi univerzalni zakon govori da se vaša energija širi i povezuje s drugim sličnim energijama. Ti oblaci združenih vibracija postaju polja svijesti koja nemjerljivo utječu na iskustva naše vrste.

Ta svjetska polja svijesti nazivaju se morfogenetskim poljima ili, skraćeno, M-poljima. Kao i elektromagnetska te gravitacijska polja, M-polja su sile koje mogu promijeniti samu srž naših života. Emocije i informacije su energije koje se ugrađuju u ta polja potičući važne promjene naše vrste. Ta velika spremišta zajedničke svijesti primaju energiju svakog pojedinca - uključujući vašu - a nagomilana se energija širi i utječe na druge.

Dva su najveća polja emocionalne svijesti: polje ljubavi i polje straha ili mržnje. Naše pojedinačne misli, vjerovanja, izbori i ponašanja pridonose širenju jednog ili drugog polja. Kad god donesemo izbor utemeljen na ljubavi, za sebe ili za drugoga, dajemo svoj doprinos polju ljubavi. Ali, kad god se prepustimo mržnji ili osuđivanju - neo-

visno o tome usmjeravamo li ih prema sebi ili prema drugima - dajemo doprinos polju straha.

Kad nagomilana energija ojača u tim područjima, njezina se rezonancija pojačava u Univerzumu, a svijest ljubavi ili mržnje utječe na izbore i iskustva drugih. Ono čemu dajemo najveći doprinos, najviše će utjecati na ovaj svijet.

Svaki pojedinac ima odgovornost odabirati ljubav u svojem umu i u svojem životu, kao i u životima drugih, te na taj način jačati energiju brižnosti u svijetu. Ako to ne činimo, jačat će mržnja i strah. Posrijedi nije posljedica osobite namjere polja jer su polja nepristrana. Kao što gravitacija nije emocionalno vezana za doslovne uspone i padove naših aktivnosti, tako ni polja ljubavi i mržnje ne mare za to kako ćemo doživjeti njihov utjecaj u svijetu.

Namjera svake osobe određuje smjer čovječanstva; emocije i postupci svakog pojedinca jačaju energiju i moć koju opažate posvuda. Dakle, ako želite da se ljubav - a ne mržnja - širi u vašim odnosima, poslu i svijetu, morate odašiljati energiju brižnosti prema sebi i drugima. Kao što ćete vidjeti u sljedećem poglavlju, moć ljubavi uvijek vam je na raspolaganju. Uvedete li je u svoju svijest, energiju i namjeru, blagoslove nećete privući samo u svoj život, već će ih vaš utjecaj donijeti cijelom svijetu.

#### AFIRMACIJE ZA ŠIRENJE UTJECAJA

- *Swjestan sam da se moja energija širi u svijet. Sto više djelujem prema ostvarenju svojih ciljeva, to Univerzum više prihvaća moju namjeru.*
- *Živim ugodnim tempom. Sve radim opuštено. Opušten sam, a svoju energiju smirenosti i spokojsva prenosim drugima.*
- *Znam da se moja energija širi u mojem životu i u Univerzumu. Odabirem skladnu energiju. Svaka moja miroljubiva misao pojačava moć mira.*
- *Tražim radost koju mogu donijeti drugima. Primam dar mogućnosti služenja.*
- *Opažam vrijednost u svima koji me okružuju. Svi dijelimo energiju svijeta.*

## ŠEST OSOBNIH MOĆI USPJEHA

Prema univerzalnim zakonima sami ste potpuno odgovorni za svoj uspjeh. Da biste ostvarili svoje snove, morat ćete ustanoviti kako djelovanje tih moćnih sila možete okrenuti u svoju korist. Zakoni mogu iziskivati promjenu pristupa - i načina razmišljanja - ne zbog pukog idealizma, već zbog temeljne prirode vaše vibracijske biti.

Ljudi često žude za promjenom, ali čine vrlo malo da bi je doista ostvarili. Shvaćaju je kao događaj u neodređenoj budućnosti i misle, primjerice: *Kad se moji izgledi ili financije promijene, sve će biti u redu.* Ali, to je pasivan pristup aktivnom očekivanju pa je malo vjerojatno da će uroditi vrlo blagotvornim rezultatima. Umjesto da čekate, morate ostvariti promjenu!

Preobrazba nije događaj u budućnosti, već sadašnja aktivnost koja potiče buduće događaje. Promjena nije cilj, već dosljedan proces koji vodi do ostvarenja vaše želje. Kvaliteta vašega života ovisi o vama, a ako niste zadovoljni svojom sadašnjom situacijom, morate načiniti nove izbore kako biste si osigurali bolju budućnost. Na taj način doista posjedujete moć privlačenja uspjeha!

Štoviše, u sebi već posjedujete sve što će vam ikada biti potrebno. Šest doista djelatnih osobnih moći sastavni su dio vaše prirode i uvijek su vam na raspolaganju. Vi ih možete primjenjivati svjesno te promijeniti ono što privlačite u svoj život jer uspjeh, u konačnici, proizlazi iz preuzimanja nadzora. Kad počnete koristiti svoje prirodene i često zanemarene darove, vaš će život krenuti u posve novom smjeru.

Svaka od tih moći iziskuje vašu svjesnost, a neke mogu zahtijevati velike promjene, ali ne odupirite se. Sjetite se stare izreke: *Ako ništa ne promijeniš, ništa se neće promijeniti.*

# MOĆ ODUSTAJANJA

## *Prva osobna moć uspjeha*

*"Napredak nije moguć bez promjene, a oni koji nisu sposobni promijeniti način razmišljanja, nisu sposobni promijeniti ništa!*

George Bernard Shaw

Odustajanje je prva osobna moć jer čini neizostavan prvi korak promjene. Stvaranje divne sudbine nalik je uređivanju vrta: besmisleno je sijati sjemenke lijepoga cvijeća ako vam je vrt obrastao korovom. Neželjene biljke morate ukloniti kako ne bi zagušile novo cvijeće prije no što procvjeta. Isto vrijedi za sjemenke uspjeha: da biste stvorili kreativnu svijest i privlačne energije koje će vam donijeti željene rezultate, važno je iskopati nezdrave obrasce iz prošlosti - i odustati od njih. To je presudan uvjet za promjenu vaše energije i zaokret svijesti. Ako želite istinski uspjeh, vrlo je vjerojatno da vam neki od starih obrazaca više neće koristiti.

Nekoliko je razina odustajanja, a prva i najočitija jest tjelesna. U ovom ćete poglavlju također upoznati mentalno i emocionalno oslobađanje te oslobađanje ponašanja, kao i načine za prekidanje vezanosti.



## *Tjelesno oslobađanje*

Redovitost tjelovježbe ili drugih oblika tjelesne aktivnosti važna je za uklanjanje stare energije i stvaranje nove, laganije i privlačnije vibracije. To je višestruko korisno. Prije svega, na taj se način oslobađate emocionalne traume ili neugodnih sjećanja koja su možda zarobljena u vašim stanicama i tijelu. Tjelesna aktivnost i duboko disanje pomažu pokrenuti tu zaglavljenu energiju i ukloniti je iz osobne rezonancije.

Osim toga, redovita tjelesna aktivnost pomaže oslobađanju kronične napetosti iz vašega života. Stres je vrlo nezdrava i neprivlačna energija, a s vremenom privlači još napetije situacije i ljude. Najprivlačnija vibracija koju možete odašiljati jest vibracija opuštenog, smirenog i samopouzdanog duha.

Da biste opustili tijelo, duboko dišite i redovito upošljavajte mišiće. Istezanje i masaža također pomažu, ali je potrebno opustiti i um te emocije. Proces mentalnog oslobađanja započinje odustajanjem od starih negativnih misli, ali snažno utječe i na vaše tjelesne te emocionalne vibracije jer su svi dijelovi vašega bića međusobno povezani.

## *Mentalno oslobađanje*

Naši umovi neprestano stvaraju energiju odašiljući signale koji govore o našim najdubljim vjerovanjima i najčešćim mislima. Sve što činimo i mislimo ima neposredne energetske posljedice, iako se one možda neće odmah očitovati u materijalnom svijetu. *Vaše najučestalije misli - dobre ili loše - stvaraju najvažnije posljedice u vašemu životu, poželjne ili nepoželjne.*

Kao što ste doznali u prethodnom poglavlju, vaše su misli dvostruko moćna sila jer iz njih izvire vaša mentalna i vaša emocionalna energija. Negativan unutarnji dijalog rađa teškim emocijama kao što su depresija i strah, koje vrlo nepovoljno djeluju na vaše osobno energetske polje. Takvih se zaključaka morate osloboditi ako želite stvoriti rezonanciju uspjeha.

Mnogi ljudi svaki dan - i čak cijeli život - jednostavno reagiraju, nesvjesni sadržaja i mogućih posljedica svojih misli. Ali, da biste promijenili svoju energiju i svoju svijest, morate biti svjesni pokazatelja negativnog razmišljanja.

Najjasniji pokazatelj su vaše emocije. U pozadini neugodnog osjećaja gotovo je uvijek negativna misao. Dakle, kad se zateknete u strahu, depresiji, grizodušju, nelagodi ili jednostavno u napetosti, zapitajte se: *O čemu razmišljam?* Zagledajte se duboko u svoj unutarnji svijet kako biste pronašli negativan zaključak koji vas toliko uznemiruje. Svoju energiju možete promijeniti odustajanjem od starih misaonih obrazaca, ali su vam za to potrebne informacije.

Dva najučestalija negativna misaona obrasca jesu osuđivanje i zabrinutost. Važno ih je poznavati jer negativnu energiju ne možete promijeniti ako ne poznajete njezin izvor. Morate otkriti i ukloniti škodljiva vjerovanja koja vas najviše muče. Imajte na umu da vaš život napreduje u smjeru vaše najistaknutije misli i da je ta istina energetski neumoljiva. Ako su vaša najvažnija mišljenja negativna, morate odlučiti odustati od njih jer vam život u suprotnom nikada neće krenuti u pozitivnom smjeru.

## OSUĐIVANJE

Osuđivanje je jedan od najučestalijih negativnih misaonih obrazaca. Pojavljuje se u tri glavna oblika - osuđivanje sebe, osuđivanje drugih i osuđivanje iskustava - koja truju vašu energiju.

Uporno kritiziranje samoga sebe odašilje signale niskog samopoštovanja, frekvenciju koja zajamčeno donosi odbacivanje u vanjskom svijetu. Osim toga, Zakon ispravnog djelovanja jasno govori da će vam se osuđivanje drugih nedvojbeno vratiti jer odašilje energiju nesnošljivosti koja postavlja prepreke vašoj težnji uspješnom povezivanju, a utjecaj nesnošljivosti širi se u svijet donoseći više nezadovoljstva vama i drugima.

I, na posljetku, ako osuđujete svoja životna iskustva, sve manje uživate u svojim osobnim aktivnostima sve dok ne uđete u stanje u kojemu vam ništa neće biti dovoljno dobro ili dovoljno osobito da bi vas usrećilo. To stanje postaje duboko jezero nezadovoljstva, koje potapa svu radosnu energiju koju biste mogli odašiljati te odbija svu radost koju biste mogli privući.

Takvoga škodljivog obrasca možete se osloboditi razmatranjem negativnih tvrdnji svakog oblika osuđivanja. Označite tvrdnje koje najviše odgovaraju vašemu načinu razmišljanja - i budite iskreni!

### 1. Osuđivanje sebe

- \_\_\_\_\_ Previše sam neiskusna (neobrazovana, siromašna itd.) da bih uspio.
- \_\_\_\_\_ Ja sam propali slučaj; uvijek ću biti propali slučaj.
- \_\_\_\_\_ Nikad ništa ne napravim kako valja. Što je sa mnom?
- \_\_\_\_\_ Takve sam sreće! Pravi gubitnik.
- \_\_\_\_\_ Star sam (ružan, debeo, glup itd.).
- \_\_\_\_\_ Osjećam se jako glupo (nesposobno, nespretno itd.).

### 2. Osuđivanje drugih

- \_\_\_\_\_ Kakav kreten!
- \_\_\_\_\_ Glup je (lijen, slab itd.); ne zaslužuje to promaknuće.
- \_\_\_\_\_ Nikada ništa ne napravi kako valja.
- \_\_\_\_\_ Ne mogu vjerovati da nosi tu staru krpu. Strašno!
- \_\_\_\_\_ Stara je (ružna, debela, glupa itd.).
- \_\_\_\_\_ Ti maloumni liberali (konzervativci, demokrati, republikan-  
ci, crnci, bijelci, Latinoamerikanci itd.)! Nemaju pojma o  
čemu govore.

### 3. Osuđivanje iskustava

- \_\_\_\_\_ Ovaj film je užasno loš; kakvo traćenje vremena!
- \_\_\_\_\_ Ne podnosim ovo mjesto (ovo vrijeme, ovu osobu itd.).
- \_\_\_\_\_ Moj me posao ne vodi nikamo.
- \_\_\_\_\_ Ova zabava je dosadna.
- \_\_\_\_\_ Ova je situacija bezvezna. Iz nje neće proizaći ništa dobro.
- \_\_\_\_\_ Mrzim kućanske poslove (radove u vrtu, administrativne  
poslove itd.).

## ZABRINUTOST

Drugi najučestaliji negativan misaoni obrazac jest zabrinutost. Mogli biste strepiti zbog budućnosti, zbog tuđih mišljenja i čak zbog prošlosti. Premda nije neuobičajeno zabrinuto razmišljati o onome što je pred vama, morate se zapitati: *kakva je korist od toga?* Zabrinutost samo stvara energiju tjeskobe, koja se širi u oblacima uznemirenosti i stvara negativnu budućnost od koje ste strepili.

Ugađanje drugima još je jedna besmislena mentalna aktivnost. Težnja postizanju odobravanja okoline samo znači da ne vjerujete u sebe, a ta je rezonancija velika prepreka uspjehu.

I na posljetku, mračne misli o prošlosti jednako su škodljive kao i strah od budućnosti jer potpuno uništavaju energiju sadašnjosti. Vrijeme je da odustanete od zabrinutosti i ponovno preuzmete moć. Odustanite od analiziranja i predajte se povjerenju.

Označite izjave koje predstavljaju vaš način razmišljanja. Sve su to načini na koje narušavate vlastitu energiju i od kojih morate odustati ako doista želite uspjeti.

### 1. Zabrinutost "što ako"

\_\_\_\_\_ Što ako ne dobijem taj posao?

\_\_\_\_\_ Što ako ne uspijem?

\_\_\_\_\_ Što ako mu se ne svidim?

\_\_\_\_\_ Što ako ne kažem (učinim, odjenem itd.) pravu stvar?

\_\_\_\_\_ Što ako se ozlijedim ili razbolim?

\_\_\_\_\_ Što ako ne dobijem dobru ocjenu? Što ako dobijem otkaz?

### 2. Zabrinutost zbog tuđih mišljenja

\_\_\_\_\_ Nikad mu se neću svidjeti. Zasižno me neće pozvati da izađemo.

\_\_\_\_\_ Zacijelo me smatra kretenom.

\_\_\_\_\_ Oni smatraju da nisam sposoban obavljati taj posao.

\_\_\_\_\_ Moj šef zacijelo misli da sam pravi šeptrlja. Vidim da me mrzi.

\_\_\_\_\_ Ako uzmem drugu porciju, mislit će da sam svinja.

\_\_\_\_\_ Ako ne učinim što žele, neću im se svidjeti.

### 3. Mračne misli i pretjerano analiziranje

\_\_\_\_\_ Ne mogu vjerovati da sam to rekao!

\_\_\_\_\_ Da sam barem postupio drukčije, sve bi bilo u redu.

\_\_\_\_\_ Pitam se kako mogu popraviti situaciju. Moram to ispraviti!

\_\_\_\_\_ Zašto mi se to uvijek događa? Zašto nije moglo biti drukčije?

\_\_\_\_\_ Zašto sam donio tu odluku? To je bila ogromna pogreška!

U kojoj ste kategoriji označili najviše tvrdnji? Jeste li skloni osuđivati sebe ili druge? Možda ste skloni zabrinutosti, nagađanju o budućnosti, opterećivanju tuđim mišljenjima ili pretjeranom analiziranju svega, ili ste možda označili tvrdnje u svakoj kategoriji. S kojim god ste se obrascem najviše poistovjetili, morate odustati od njega.

### DNEVNIK USPJEHA

U dnevnik zapišite sve označene tvrdnje, a potom ih zamijenite pozitivnijim i optimističnijim zaključkom. Primjerice, tvrdnju *Što ako ne dobijem taj posao?* zamijenite tvrdnjom *Što ako dobijem taj posao?!* ili *Ako ne dobijem taj posao, dobit ću drugi. Sve će biti u redu.* Isprva ne morate biti uvjereni u istinitost svojih novih tvrdnji, ali *morate* zapisati svoje mogućnosti kako biste potaknuli tu važnu promjenu.

Nastavite razrješavati te mentalne obrasce i opažajte druge negativne misli koje bi se mogle pojaviti te ih zabilježite u dnevnik. Za svaku negativnu tvrdnju neizostavno zapišite zamjensku tvrdnju. Nastavite sve dok ne opazite istinske promjene - u svojoj mentalnoj aktivnosti, u svojim emocijama i u onome što privlačite.

U razdoblju promjene misaonih obrazaca nemojte biti previše strogi prema sebi zbog zabrinutosti ili osuđivanja. Na posljetku, time samo dodajete energiju onome čega se želite osloboditi! Umjesto da se osuđujete zbog negativnog razmišljanja, jednostavno si oprostite i potvrdite namjeru promjene. Ne izjedajte se zbog toga, već samo uspostavite blagu, smirenu odlučnost. S vremenom će vam snažan novi stav postati način života.

U namjeri postizanja uspjeha nema mjesta zabrinutosti ili osuđivanju. Morate odustati od tih reakcija i izabrati druge mogućnosti koje odašilju pozitivniju i dinamičniju energiju. Koliko god se to doimalo teškim, *nastavite odustajati* od starih negativnosti te prihvaćati nov, optimističan način razmišljanja.

Oslobađanje od negativnih misli preduvjet je usklađivanja s univerzalnim zakonima te jedno od najvrjednijih oruđa za promjenu sudbine. Upamtite da su vaše misli, emocije i vjerovanja najvažniji izvor vaše energije. Svaka zamisao izlazi iz vas u valovima rezonantne informacije.

Ako vjerujete da ne možete uspjeti, vaša svijest mora stvoriti to iskustvo. Više si jednostavno ne možete dopustiti ponavljanje negativnih misli. Odustanite od njih i odaberite progovoriti novim jezikom, u komunikaciji sa samim sobom i s drugima. Tako ćete stvoriti mnogo više pozitivnih emocija, koje su najmoćniji akceleratori energije prema doista neograničenom uspjehu.

### *Emocionalno oslobađanje*

Osjećaji čine snažnu vibraciju te nose vrlo jasne poruke. Ako niste oslobodili svoje osjećaje, mogli biste i dalje odašiljati stare signale tuge, gnjeva, odbačenosti te drugih negativnih emocija preostalih u vašem energetskom polju, bez obzira na to jeste li toga svjesni ili niste. Mnogim je ljudima teško izraziti ili čak identificirati vlastite osjećaje. Često ne izraze emocije doživljenih trauma i razočaranja, nakupljajući oblake negativne energije koji odašilju neugodnu rezonanciju u svim smjerovima. Te oblake nosite sa sobom i živite obavijeni maglom mračnih vibracija. Ljudi osjećaju tu energiju, koja ih odbija.

Da biste se oslobodili te crne magle, morate osloboditi neizražene osjećaje iz prošlosti. To je slično čišćenju smeća iz kuće kako biste stvorili prostor za lijepe nove stvari u svojem životu. Štoviše, stare je osjećaje možda potrebno pročitati čak i ako su se teške situacije dogodile prije mnogo vremena. Ako nikada niste imali mogućnost osloboditi ih, emocije davnih iskustava mogu stvarati moćne signale u vašem energetskom polju, onemogućujući nova postignuća i odašiljući bolne poruke.

To ne znači da se u mislima morate vratiti u prošlost te ponovno proživjeti svaku traumu ili teško razdoblje. Svjesni ste koje vas teškoće vjerojatno još proganjaju pa stoga uzmite dnevnik i pišite o njima. Izrazite sve osjećaje koje još uvijek imate potrebu osloboditi; ne dopustite da vas zaokupe, već ih jednostavno oslobodite.

Osobito se usredotočite na svoje stavove o neugodnim iskustvima. Na kraju svakoga dnevničkog zapisa postavite si pitanje: *Jesam li iz tog iskustva izvukao zaključke koje bih sada trebao promijeniti?* Zapišite sve negativne misli ili vjerovanja, a zatim ih zamijenite novima.

Primjerice, ako ste dobili otkaz i doživjeli emocije poput gnjeva, straha i osjećaja odbačenosti, možda ste zaključili: *Nikada neću biti prihvaćen. Nikada neću uspjeti.* Promijenite to oslobađanjem osjećaja, a zatim zapišite zdravu tvrdnju poput: *I dalje sam sposoban uspjeti. Zaslužujem i odlučujem vjerovati u sebe.* Nastavite oslobađati negativne misli i neugodne emocije iz prošlosti, uvijek potvrđujući svoje sadašnje sposobnosti te očekivanja vedre i sretne budućnosti.

Uz oslobađanje osjećaja iz prošlosti važno je i osloboditi osjećaje koji se pojavljuju. U tu svrhu također možete uporabiti dnevnik. Premda to ne mora biti svakidašnja aktivnost, redovitost će vam olakšati promjenu načina razmišljanja i vlastitih vibracija. Zadržavanje negativnih emocija poput zamjeranja, gnjeva ili straha ograničava vašu energiju i znatno utječe na rezultate. Oslobodite ih se i vaša će energija biti jasna, otvorena i spremna primati.

### *Oslobađanje ponašanja*

Odustajanje od nezdravih i škodljivih ponašanja, osobito neobuzdanog prepuštanja užicima i ovisnosti, također je važno za stvaranje privlačne energije i plodotvorne svijesti. Ljudi se neobuzdano prepuštaju mnogočemu, uključujući alkohol, droge, cigarete, hranu, televiziju, tjelovježbu, ogovaranje, seks, rad, odnose i dramtiziranje. U tim ponašanjima tražimo zaborav ili nam služe kao bijeg od stvarnosti. Kad popijemo alkoholno piće, prejedemo se ili uzmemo drogu, prigušili smo svoje emocije i osjećamo se bolje, barem neko vrijeme. Kad uključimo televizor, isključimo se; jedući čips ili kekse, vjerujemo da se na određeni način tješimo.

Mame nas čak i ponašanja poput manipuliranja, prijetvornosti ili zlobe jer se zbog njih privremeno osjećamo bolje - ali je takva utjeha lažna. Zbog škodljivih se ponašanja s vremenom osjećamo još lošije, a mogu prerasti i u još škodljivija ponašanja ovisnosti.

Od čega bježite upuštajući se u koju od tih aktivnosti? Koju bol pokušavate ublažiti? Na najdubljoj razini, posrijedi je praznina zbog toga što ste zaboravili tko doista jeste - zaboravili ste svoj uzvišen,

veličanstven identitet, svoju povezanost s Božanskim i svoju prirodenu vrijednost. Bez obzira na to jeste li toga svjesni, ta naizgled izgubljena veza istinski je izvor vašega nemira. Ali, svjetlost vašega božanskog identiteta uvijek je prisutna, a moć, koju tražite u vanjskom svijetu, živi u vama. Bez obzira na ono što su vam drugi rekli, vaša je vrijednost sjajna vibracija uvijek svojstvena vašemu biću, do samih stanica vašega bića. Koje god vas teško iskustvo ili bolan doživljaj potaknuli na bijeg u nezdrave obrasce, vrijeme je da to razriješite, da izrazite svoje osjećaje, ustanovite negativne zaključke i zamijenite ih novima, zdravima i istinitima.

Vrijeme je da unutarnju prazninu ispunite svjetlošću vlastitog svetog identiteta. To je jedino utočište koje će vam ikada biti potrebno - i istinsko rješenje za sve čemu težite. Eskapizam, neobuzdano prepuštanje užicima i ovisnosti samo stvaraju još veću prazninu, odvođeci vas sve dalje od vašeg istinskog izvora utjehe i moći. Štoviše, uništavaju vašu energiju vibracijama potrebitosti, straha i pretjerivanja, vodeći vas sve dublje u očaj i privlačeći sve neugodnije rezultate.

Premda nije lako osloboditi se tih navika, možete vježbati prekidanje tih ponašanja na samo deset minuta. Osmislite sustav zamjenjivih aktivnosti i zapišite ih u dnevnik. Zatražite pomoć osobe kojoj vjerujete; zatražite i stručnu pomoć ako vam je potrebna jer je ovo pitanje previše važno da biste ga zanemarili.

Kad se upustite u takva ponašanja, podsjetite se na energetske istine da svi vaši izbori stvaraju energiju. Želite li doista odašiljati vibraciju eskapizma? Ako ne želite, budite dosljedni odluci da se oslobodite te navike.

Također izbjegavajte osuđivati samoga sebe zbog pribjegavanja starijim, nezdravim obrascima jer na taj način samo pojačavate negativnost - koja pojačava vašu želju za bijegom. Stoga, odustajući od svega drugoga, odustanite i od osuđivanja zbog neuspješnog odustajanja.





Učenje oslobađanja je doživotan proces. Svaki dan obnavljajte svoju odluku da se oslobodite prošlosti i odustanete od zabrinutosti. Tako ćete otvoriti put novim, zdravim izborima od kojih će vaš život nedvojbeno zablistati. Kad odustanete od misli, emocija i ponašanja koja su vas sputavala, oslobodit ćete svoju životnu energiju te cijelom svijetu odašiljati uzvišenu i divnu vibraciju.

### ***Odustajanje od vezanosti***

Važno je osloboditi se i vezanosti. Ako se osvrnemo oko sebe, opazit ćemo mnogo toga za što bismo se mogli osjećati vezanima - ponosni smo vlasnici slika na zidovima, nakita na svojem vratu i rukama, namještaja u sobi i automobila u dvorištu. A li, cijena posjedovanja jest vezanost, a vrlo je lako *previše* se zaokupiti posjedovanjem "stvari". To na vrlo suptilne načine odašilje energiju gramzivosti, a što više imamo, to nam je više potrebno.

Ne želim reći da ne bismo smjeli željeti materijalne stvari, ali bismo trebali paziti na vezanost uz njih. Govorim o mislima poput: *Ovo mi je potrebno da bih bio sretan, Potreban mi je ovaj automobil i ovaj nakit, Potrebne su mi ove stvari oko mene da bih bila sretna*. Te su zamisli vrlo opasne na dva važna načina.

Prije svega, potiču vjerovanje da nas materijalne stvari mogu usrećiti. Na žalost, kad god pomislimo da nam nešto izvan nas može donijeti radost, odričemo se svoje moći da sami stvorimo svoju radost. Osim toga, uspostavljamo obrazac koji nas potiče tražiti više te nas opasno približava energiji očaja. Budući da imamo potrebu steći još više, koprcamo se u beskrajnom nastojanju zadovoljavanja svojih potreba.

Vjerovanje da su stvari preduvjet radosti, dovodi nas u vrlo opasnu situaciju. Na posljetku, što će se dogoditi ako izgubimo svoju imovinu? Ta vječna mogućnost utire put neprestanoj zabrinutosti. Živimo s dubokom strujom straha koji nas neprestano tjera tražiti potvrde sigurnosti i neprestano smo zabrinuti zbog mogućeg gubitka.

## VJEŽBA OSLOBAĐANJA OD VEZANOSTI

Da biste se oslobodili od vezanosti, pogledajte stvari koje vas okružuju. Promotrite svoja materijalna dobra, duboko udahnite i afirmirajte: *To mi se sviđa, ali mi nije potrebno da bih bio sretan.* Pogledajte svoj nakit, namještaj, automobil i čak svoj dom te isto recite za svaku pojedinu stvar. To bi isprva moglo biti zastrašujuće, ali zapravo prilično oslobađa. S vremenom će u vama stvoriti smirenost vrjedniju od materijalne imovine. Shvatit ćete da sreća proizlazi iz unutarnjeg mira, a ne iz stvari.

Ponavljajte to svaki dan, sa stvarima koje posjedujete i s izborima koje donosite. Zapanjit će vas osjećaj slobode kojim će vas ova vježba ispuniti te ujedno pročistiti vašu energiju. Osim toga, čarolija oslobađanja donosi divne nagrade. Umijeće prepuštanja vježbajte darujući nešto do čega vam je stalo. Darujte to nekome ljubavno, velikodušno i potpuno nesputano. Ova će vježba znatno pomoći usklađivanju sa Zakonom čiste želje i sa Zakonom paradoksalne namjere. Upamtite: paradoks je u tome da, oslobađajući se vezanosti, dobivate sve.

### AFIRMACIJE ZA OTPUŠTANJE

- *Sve lakše odustajem. Odustajem od prošlosti i od svih svojih strahova. Slobodan sam.*
- *Oslobađam svaku negativnu misao koja se pojavi. Odabirem bolju energiju.*
- *Odustajem od nezdravih i škodljivih navika. Stvaram novi, zdravi način života.*
- *Odustajem od vezanosti. Znam da mi sreću zapravo donosi moj stav - i ništa drugo.*
- *Prihvaćam miran stav. Odustajem od zabrinutosti, žurbe i potrebe za nadzorom.*

# MOĆ SVIJESTI

## *Druga osobna moć uspjeha*

*"Svijest je stvaralačka sastavnica univerzuma.  
Bez nje se ništa ne bi očitovalo."*

Dr. Fred Alan Wolf

Pojmovi *fizika* i *svijest* još su nedavno bili međusobno isključivi. Jedan je označavao strogu znanost, a drugi je bio tek apstraktan pojam ograničen na područja psihologije i filozofije. Danas znanstvenici širom svijeta proučavaju fiziku svijesti i općeprihvaćeno je da svijest doista stvara stvarnost.

Fizika je znanost o mogućnostima, a izvor je moć svijesti. Ali, što je proces očitovanja? Kako stvari nastaju u svijetu? I, što je još važnije, kako naša svijest oblikuje našu sudbinu?

Zahvaljujući kvantnoj fizici znamo da stvarnost nije odvojena od njezina opažanja, a isto vrijedi za naše živote. Ono što doživljavamo u svijetu ne može doista biti odvojeno od našeg opažanja. Štoviše, biomehanika otkriva da mozak zapravo nije sposoban razlučiti razliku između stvarnosti i sjećanja. Kad nešto vidimo i kad se nečega prisjećamo, aktiviraju se isti neuroni.

Ključ stvaranja svijesti jest vaše opažanje - ono što opažate o sebi i o svojoj stvarnosti te kako se zbog toga osjećate. Štoviše, to stvara mnoge kemijske i emocionalne reakcije u vašemu tijelu i umu. Posrijedi je neprestan proces uzroka i posljedice: opažanje potiče reakciju, a reakcija potvrđuje opažanje. Vaša je svijest toliko moćna da ne određuje samo emocionalnu kvalitetu vašega života, već i pobuđuje važne fiziološke reakcije.

Taj proces započinje kad jedna emocija ili misao potaknu hipotalamus, žlijezdu u mozgu, na oslobađanje određenih peptida. Te tvari odlaze do receptora i ulaze u stanice, potičući kemijsku reakciju koja odgovara polaznom emocionalnom stanju i održava ga. Neovisno o tome jesu li pozitivne ili negativne, slične misli stvaraju slične peptide i slične emocije.

Ponavljanje tog obrasca s vremenom će isključiti druge receptore namijenjene peptidima drukčijih emocionalnih stanja. Vaše opažanje na taj način postaje utvrđeno te neprestano potiče lanac biokemijskih događaja koji održavaju iste osjećaje. Tako nastaju emocionalne navike - i čak ovisnosti. Proces možda zvuči složeno, ali je zapravo relativno jednostavan i vrlo spontan. Uz to znatno utječe na svijest i stvaranje energije jer obuhvaća mentalne, emocionalne i biokemijske procese.

Razmotrimo primjer mogućeg funkcioniranja takvoga procesa: u svojem susjedstvu često prolazite pokraj određene zgrade, bez emocionalne ili mentalne reakcije; jednostavno je opažate. Jednoga dana, u vrijeme traženja novoga posla, prolazite pokraj iste zgrade te na njoj opažate oglas za slobodno radno mjesto i telefonski broj. Osjetite uzbuđenje, vaš hipotalamus oslobađa peptide koji odgovaraju tom osjećaju i održavaju ga, a po povratku kući nazivate taj broj i dogovarate razgovor. Kad god nakon toga prođete pokraj iste zgrade - *ili samo pomislite na nju* - događa se ista biokemijska reakcija i uzbudite se. Dobivate posao, a vaša je reakcija prvih nekoliko mjeseci ista.

Međutim, s vremenom svoj posao počinjete doživljavati na drukčiji način. Neka osoba ili zadatak u vama možda probude nezadovoljstvo i pojavljuje se negativno opažanje te nastaju odgovarajući peptidi. Čak

i dok se spremate za posao ili razmišljate o njemu, neugodno opažanje potiče stvaranje neuropeptida koji odgovaraju toj emociji i održavaju je.

To se nastavi godinama, sve dok ne čujete za otvaranje novoga radnog mjesta na drugom kraju grada. Prijavljujete se i dobivate taj posao te ponovno počinjete stvarati peptide koji odgovaraju osjećaju uzbuđenja. Novo radno mjesto i dalje potiče vesele emocije, ali ta situacija traje samo dvije godine, sve dok se tvrtka ne preseli u Meksiko.

Ostali ste bez posla, a potreba za novcem ponovno mijenja vaše opažanje. Pomišljate da vaše staro radno mjesto i nije bilo toliko loše. Kad god prođete pokraj te zgrade - zapravo, kad god pomislite na nju - poželite se vratiti. Ondje ste se možda suočavali s problemima, ali vam je nedvojbeno bilo bolje no što vam je kao nezaposlenoj osobi. Vaše misli, emocije i fiziološke te kemijske reakcije sa svakim sjećanjem i čežnjom stvaraju svijest gubitka i žaljenja, koja tada postaje vaš filter očitovanja. To je krug situacije i stvaranja. Vaš doživljaj stvara emocije koje održavaju taj doživljaj.

Premda se doima da je ovaj proces zapravo prirodan slijed misli i osjećaja, važno je znati da je kemija važan razlog zbog kojeg ostajete zaglavljani u svojim mentalnim i emocionalnim obrascima. Svjesna namjera presudno je važna za promjenu zaključaka i opažanja s ciljem oslobađanja od toga biokemijskog samoosujećivanja. Kemija, koja odgovara vašim emocionalnim reakcijama i održava ih, važan je čimbenik vašeg odašiljanja energije, a vaša je svijest presudno važna za taj unutarnji biološki izvor te za vanjske životne posljedice.

Dva su vrlo specifična koraka koje možete poduzeti kako biste promijenili svoj obrazac negativnog opažanja i posljedične aktivnosti neuropeptida:

- Kad osjetite da vas ispunjava negativna emocija, zastanite i duboko udahnite. Afirmirajte; *Moje tijelo oslobađa neuropeptide mira i spokojsva. Preplavljuje me blag val vedrine i opuštanja.*
- Kad opazite ili doživite nešto što u vama izazove negativnu reakciju, afirmirajte: *Sposoban sam osloboditi se toga. Oslobađam i opuštam se. Odabirem mir.*

Kad izaberete pozitivnija razmišljanja, stvarate neuropeptide koji odgovaraju osjećajima nade, uzbuđenja i sreće. To mijenja vaš um, emocije i tijelo sve do vaših kemijskih reakcija; zbog toga se mijenja i energija vaše svijesti. Vaša je svijest stoga najjača sila vašega stvaranja sudbine.

### *Opažanje-mašta-očekivanje*

Tri glavne sastavnice aktiviraju vašu moć svijesti: opažanje, mašta i očekivanje. Pozitivan doživljaj u tim mentalnim i emocionalnim sastavnicama vašega života presudno je važan za vašu težnju uspjehu. Štoviše, te su tri sastavnice, pozitivne ili negativne, ključne za stvaranje svijesti. Energetski su povezane u dinamičnom procesu koji vam može omogućiti povelik nadzor nad posljedicama u vlastitom životu. Razmotrimo kako funkcionira svaka pojedina sastavnica.

### MOĆ OPAŽANJA

Ustanovili smo da opažanje potiče stvaranje neuropeptida koji održavaju emocionalne doživljaje. Kad nešto doživite kao negativno, posljedična biokemijska reakcija potvrđuje to nepoželjno emocionalno stanje, a vrijedi i suprotno. To bi samo po sebi trebalo biti dovoljan motiv za daljnje svjesno stvaranje pozitivnog svjetonazora - ali, razmotrimo i kako opažanje utječe na energiju.

Vaše opažanje filtrira se kroz vašu prošlost, ali je ipak dovoljno moćno da bi stvorilo vašu budućnost. To vas na vrlo stvaran način određuje do razine fiziološke stvarnosti. Vaše poimanje samoga sebe, vlastitog svijeta i vlastite budućnosti kognitivni je temelj svih vaših raspoloženja. Istraživanja otkrivaju da samoopažanje i unutarjni dijalozi utječu na razine serotonina i endorfina, koje održavaju osjećaje kao što su depresija ili radost.

Ali, taj je dio ustrojstva svijesti toliko moćan da njegov utjecaj seže dalje. Dokumentirani su slučajevi ljudi s poremećajem višestruke osobnosti koji iskazuju razne tjelesne poremećaje kad je određena osobnost "na vlasti". Kad određena osobnost preuzme nadzor, pojavljuju se stanja poput dijabetesa ili poremećaja vida. Premda isto tijelo inače

nema takve probleme, kad uđe u opažanje određene osobnosti, problemi postaju vrlo stvarni tjelesni izazovi.

To nije jedini način na koji svijest mijenja fiziologiju. Uslijed promjene opažanja ljudi su sposobni hodati po užarenom ugljeglju i ne opeći se, što sam i sama iskusila prije podosta godina. Pohađala sam tečaj hodanja po vatri, u sklopu kojega je gotovo stotinu ljudi naučilo promijeniti stanje uma putem potpune promjene žarišta s doživljaja hodanja po užarenom ugljeglju na prisjećanje doživljaja koji je izazvao ushićenje i sreću.

Zamišljala sam kako skijam niz svoju omiljenu padinu u Coloradu, vizualizirala sam i emocionalno se uživiljavala u skijanje na svježoj, hladnoj, prelijepoj planini. To je promijenilo moje peptide i fiziologiju pa sam bila sposobna prijeći pet metara staze od užarenog ugljeglja temperature znatno iznad 100°C.

Nisam zadobila ni najmanju ozljedu, ali su se neki ljudi opekli jer su bili previše vezani uz svoja očekivanja. Užareno su ugljeglje opažali kao opasnost pa su ga tako i doživjeli. Ali, oni koji su promijenili opažanje, uspjeli su potpuno promijeniti svoju tjelesnu stvarnost.

Vi također imate moć promjene svojeg okružja. Što god vam se dogodilo, svijet ne morate i dalje opažati na stari način. Možete uporabiti moć odustajanja i osloboditi se starog, ograničenog svjetonazora. *Što god doživjeli, sjetite se da uvijek možete izabrati nov način opažanja.*

Temeljna postavka svjesnog stvaranja stvarnosti jest: ono što poimate kao istinito, oblikuje vašu svijest. Umjesto da ostanete zaglavljeni u starom svjetonazoru, svojem životu možete pristupiti kao čistom slikarskom platnu. Možete stvoriti novu sliku, svijet promatrati drukčije te sve oko sebe zamišljati na posve nov način. Štoviše, to je sljedeća važna sastavnica ustrojstva vaše svijesti.

## MAŠTA JE PRESUDNA

Ostvarivši pozitivne promjene svojih opažanja, sve ćete lakše raspisivati maštu. Ne govorim samo o sposobnosti sanjarenja i maštanja o budućnosti; govorim o vašoj sposobnosti stvaranja mentalnih predodžbi - živih slika budućnosti kakvu želite. Ta je vještina iznimno korisna za ostvarenje specifičnog scenarija uspjeha.

Po pitanju obrade mentalnih predodžbi mozak nije sposoban razlikovati sadašnje događaje i sjećanja na prošle događaje. Ne opaža ni razliku između onoga što se živo zamišlja i onoga što je stvarno. Štoviše, neki fizičari vjeruju da ne postoji samo jedna stvarnost. Prema teoriji mnogo svjetova istodobno se odvija nekoliko stvarnosti, a neki znanstvenici vjeruju da možete izabrati onu koju želite. To može zvučati kao znanstvena fantastika, ali ipak dokazuje neograničene mogućnosti vašega života. Potrebno je *zamisliti* sve što možete doživjeti! Ne ograničavajte se - da biste stvorili određenu stvarnost, morate je vidjeti.



Vaša sposobnost zamišljanja živih slika uspjeha utemeljit će tu stvarnost u vašoj energiji i svijesti. Zamišljene predodžbe očitovat će se u vašemu životu. Ako u ovom trenutku u vašoj mašti lebde predodžbe koje ne odgovaraju onome što doista želite iskusiti u budućnosti, trebali biste osmisliti nove predodžbe. Da biste stvorili uspjeh, morate stvoriti predodžbe uspjeha.

Svjesno zamišljanje odvija se na dvije razine. Sljedeće korake često izvodite kako biste utemeljili djelotvorno novo poimanje uspjeha.

**1. Uspješno zamišljanje samoga sebe:** Trebali biste zamisliti kakvi želite biti, kako želite izgledati, osjećati se i postupati. Stvorite živu predodžbu cjelokupne osobnosti koju priželjkujete i utvrdite je. Krećite se u njoj, živite je, osjećajte je i vjerujte u nju. Zamišljajte je te doživljavajte više puta dnevno i uskoro ćete to postati!

**2. Uspješno zamišljanje specifičnih ciljeva:** Stvorite jasne, vedre, precizne predodžbe onoga što želite. Neka predodžba bude toliko živa da osjećate kao da je već živite. Zamislite radostan ishod svakoga cilja, a potom mentalnu fotografiju toga *budućeg* događaja pohranite u svoje *sjećanje*. Promatrajte ga kao divan trenutak koji je već pohranjen u albumu fotografija i kojemu se neprestano vraćate. Na taj način svomemu



mozgu govorite da se ta predodžba budućnosti već dogodila - da to jest stvarnost. Često se vraćajte toj predodžbi kad god vam je potrebna motivacija ili želite stvoriti jasnu svijest o svojem cilju.

Kad jasno utvrdite predodžbe uspjeha, morate se usredotočiti *samo* na njih. Morate se osloboditi svake misli koja ih na bilo koji način poriče ili oslabljuje. Kad zamislite svaku predodžbu, povećajte je. Opazite je jasno, ne kao predodžbu u daljini ili kao sliku koja se pomiče lijevo ili desno jer bi to moglo utjecati na moć njezine stvarnosti, kao i na energetski odabir trenutka. Zadržite tu predodžbu u središtu svojeg uma, toliko blizu da vidite samo nju. Učinite je stvarnom i postat će stvarna.

Što pomnije promatrate i što dublje doživljavate svoje predodžbe, to će ih vaš um i svijest više prihvaćati kao stvarnost. Proživljavajući svaku predodžbu - jasnu, blisku i u središtu vašeg uma - stvarat ćete sve više pozitivnih emocija koje jačaju stvaralačku svijest i privlačnu energiju. To pomaže finom podešavanju očekivanja, posljednje sastavnice ustrojstva svijesti.

## OČEKUJTE NAJBOLJE

Uzaludno je stvarati predodžbu uspjeha ako je ta stvarnost za vas nepojmljiva. Velika je razlika između onoga što želite i onoga što očekujete pa je važno svjesno i neprestano očekivati najbolje. Da biste si to olakšali, ustanovite svoja skrivena očekivanja.

Svakom ste danu skloni pristupati s određenim pretpostavkama pa je prirodno da svoje "normalne" obrasce projicirate u budućnost. No, ako ste često nezadovoljni sadašnjošću, prilično vam je teško stvoriti pozitivna očekivanja za budućnost.

Kako doista doživljavate svoj svakidašnji život? Nadate li se prihvaćanju, ali očekujete odbacivanje? Žudite li za uspjehom, ali očekujete neuspjeh? Priželjkujete li sreću, ali se mirite s ispraznošću, mukotrpnim radom ili nezadovoljstvom? Ako ste očekivali da će vam današnji dan biti težak i neuspješan, bit će upravo takav. Ali, možete stvoriti nova očekivanja i vjerovanja o onome što ste sposobni postići - danas, sutra i uvijek.

U borbi između želje i očekivanja Univerzum vam je skloniji dati ono što očekujete. Zašto je tako? Vaša očekivanja proizlaze iz vaših *vjerovanja*, a u formuli stvaranja sudbine ništa nije moćnije od vjerovanja.

Vaša uvjerenja moraju podupirati pozitivno očekivanje - temeljnu pretpostavku vrijednog ishoda. Ne možete nastaviti željeti najbolje i očekivati najgore jer Univerzum jednostavno ne može pomiriti takav raskorak svijesti. Morate početi tražiti najbolje i u svakidašnjem životu i u ostvarenju svojih snova, znajući da ste sposobni u svaki doživljaj unijeti svoju najvišu i najsretniju svijest. Preuzmite vlastitu moć te stvorite svjesno opažanje savršenoga dana i savršene budućnosti. Doživite kako izgledaju i kakav osjećaj bude u vama te shvatite da ste to sposobni ostvariti.

Vaša svakidašnja očekivanja ujedno pojačavaju vaš energetski zamah pa vaše svakidašnje viđenje mora biti jednako vašemu viđenju budućnosti. Ako želite biti uspješni, ne možete zanemarivati, ograničavati ili odbacivati svoje želje. Trebali biste ih dovesti u žarište i istaknuti. Neograničena očekivanja iznjedrit će neograničene rezultate ako su dio potpune formule za uspješno stvaranje svijesti:

- pozitivno opažanje
- živo i kreativno zamišljanje
- uzbuđljivo i optimistično očekivanje.

Već i mali zaokret bilo kojega od tih stavova može stvoriti veliku promjenu u vašoj stvarnosti jer je svijest jedna od vaših najvećih moći. Posrijedi je nepokolebljiva odluka o življenju u budnom stanju, u sadašnjem trenutku, u kojemu možete slobodno izabrati novo opažanje, viđenje i očekivanje onoga što jest - i što može biti - stvarno za vas. Izaberite ga odmah!

## AFIRMACIJE ZA MOĆ SVIJESTI

- *Odabirem doživljavati sebe kao jaku i uspješnu osobu. Sposoban sam i vrijedan.*
- *Zamišljam sebe onakvoga kakav bih želio biti. Vidim sebe kao samopouzdanu, veselu i sretnu osobu - sada i uvijek.*
- *Očekujem najbolje. U svojem svakidašnjem životu i u budućnosti uvijek očekujem najbolje.*
- *Živim u budnom i svjesnom stanju. Svjesno biram misli i predodžbe kojima stvaram divnu stvarnost.*
- *Svoje ciljeve vizualiziram s oduševljenjem i vjerom. U svoj život primam mnogo divnih blagoslova.*

## MOC ENERGIJE

### *Treća osobna moć uspjeha*

*"Svijet je ogledalo koje svakom čovjeku pokazuje odraz njegova lika."*

William Makepeace Thackeray

Univerzum vibrira energijom; bez nje nema ničega. Sve što vidite - i većina onoga što ne vidite - prožeto je valovima i vibracijama. Kamo god pošli i što god činili, neprestano odašiljete i primete energiju te neprestano živite u stjecištu nevidljivih frekvencija. Štoviše, neprestano vas sa svih strana obasipaju razni televizijski, radijski, telefonski i satelitski signali. Da biste ih protumačili, potreban vam je odgovarajući uređaj podešen na odgovarajuću frekvenciju.

Vi ste nalik satelitu jer primete signale drugih pojedinaca i šaljete im svoje signale. Odašiljete energiju koja određuje vaše posljedice. Ustrojeni ste na taj način, a rezultati koje ste postizali proizašli su iz vibracija vašeg osobnog energetskog polja, bez obzira na to jeste li toga svjesni. U svemu tome najljepše je to što uvijek možete promijeniti ono što odašiljete ako vam se ne sviđa ono što primete.

Energija je jedna od vaših osnovnih moći te temelj nekoliko univerzalnih zakona. U kombinaciji sa svijješću čini najvažniji mehanizam za stvaranje vaše sudbine. Svjesnim odabirom energije koju želite

odašiljati, ujedno određujete kakve ćete posljedice primiti. Taj je proces zapravo vrlo jednostavan i odvija se neprestano.

Fizika proučava pojavu zvanu usklađivanje frekvencija. Kad se slični signali sastanu, u pravilu vibriraju u rezonanciji; iz toga se rađa osjećaj privlačnosti. Posrijedi nije kemija, već usklađivanje energije. Ta načela vrijede na svim područjima. Na društvenom, ljubavnom, profesionalnom i osobnom području neizostavno ćete privući ono što odašiljete. Dakle, da biste promijenili ono što privlačite, trebali biste ustanoviti kako stvarate vlastito energetske polje.

### *Naši veliki i djelotvorni proizvođači energije*

Vaše elektromagnetske vibracije su rezonancija vaše svjetlosne energije, frekvencije vašeg uma, srca i duše. Kao što smo već ustanovili, najveći dio toga nalazimo u umu i u osjećajima. Ali, odakle proizlaze misli i emocije? Pojave li se niotkuda? Što pokreće taj dio vašega stroja osobne energije?

Osnova vaše emocionalne i mentalne moći proizlazi iz vaših temeljnih zaključaka. Zapravo, u njima nalazimo začetke svega što očitujete. Jednostavno rečeno, vaš sustav vjerovanja je mreža temeljnih pretpostavki koje ste odabrali prihvatiti uslijed svojeg odgoja i osobnog iskustva.

Većina ljudi ne razmatra ono što smatraju istinitim, a na sličan način pristupaju i svojim mislima. Sa svojim sustavom vjerovanja živimo slično kao što živimo sa svojim jezikom: primali smo ga od rođenja pa drugi ne poznajemo. Naš sustav vjerovanja doslovce je okvir svemu što doživljavamo, a toliko smo naviknuli na njega da i ne pomišljamo iskušati nešto drugo. Ali, ako nismo svjesni svojih vjerovanja i njihova utjecaja na naše živote, odbacujemo svoju moć promjene.



Bez obzira na ono čemu su nas poučavali ili kako su postupali s nama, vjerovanja su naš vlastiti izbor. Kao odrasle osobe sposobne razmišljati, uvijek ih možemo promijeniti. Možemo sami izabrati što će predstavljati našu istinu - svjesno odustajući od sve-

ga što održava strah i negativnost u našoj vibraciji i u vibraciji svijeta. Po pitanju energija i stvaranja svijesti, zdravije i vedrije vjerovanje temelj je uspjeha u bilo kojem području.

Premda se pozitivna ili negativna priroda naše vibracijske energije najviše očituje u našim mislima i emocijama, u njihovu se temelju nalaze osnovna vjerovanja. Logično je da osuđivanje te fatalistička ili druga negativna uvjerenja mogu stvoriti samo negativne emocije i misli. Pozitivna uvjerenja - ona koja djeluju blagotvorno i pružaju nadu u budućnost - stvaraju primjereno optimistične osjećaje i zamisli. To je, dakako, najpoželjnija frekvencija jer donosi divne rezultate kojima težimo.

Razmotrimo povezanost tih proizvođača energije. Naša su vjerovanja osnovni zaključci iz kojih potječu sve pretpostavke i slobodne misli. Ta vjerovanja stvaramo izravno (putem onoga čemu su nas poučavali) ili posredno (pod utjecajem odnosa roditelja i drugih autoritarnih osoba prema nama). Nije važno to što su ta učenja možda netočna, nezdrava i možda čak destruktivna; izvor njihova utjecaja čini ih nedvojbeno istinitima za nas. Svako vjerovanje stvara srodne misli koje izazivaju emocionalne reakcije, a sve zajedno stvara prevladavajuću energiju koju nesvjesno odašiljete cijeloga života.

Primjerice, možda su vas uvjerali da novac određuje vašu vrijednost. To temeljno vjerovanje urodilo je odgovarajućim mislima i zaključcima, poput: *Neću se dokazati sve dok ne zaradim mnogo više novca i Jednostavno sam neuspješan*. Takve toksične misli stvaraju razorne emocije poput straha, očaja i samoprezira. Što su energetske i stvarne posljedice toga procesa? Razmotrite primjer u sljedećoj tablici.

**TEMELJNO VJEROVANJE:  
DOISTA JE TEŠKO USPJETI NA OVOM SVIJETU.**

MISAO	EMOCIJE	ENERGIJA
<i>Nisam dovoljno dobar.</i>	Stid, strah	Odbojna, otpor
<i>Ničega nikada nema dovoljno za sve.</i>	Beznađe, očaj	Teška, mračna
<i>Zašto svi drugi dobiju priliku?</i>	Gnjev, zavist	Neugodna, uzburkana

Navedeno je samo jedno temeljno vjerovanje, ali ako razmotrite taj proces, jasno opažate moć svojih temeljnih pretpostavki o životu. Kroz njih stvarate emocionalnu energiju koja određuje osnovnu prirodu vašega svijeta. Pripremate si put uspjeha ili neuspjeha, sreće ili tuge - a taj se ciklus energije i događaja neće promijeniti dok ne odlučite prihvatiti vjerovanja koja vas uzdižu i pomažu vam.

### ***Vjerovanja-emocije-misli***

Neki se ljudi opiru stvaranju novih, pozitivnih vjerovanja. Smatraju da bi na taj način obmanuli sebe te porekli tešku stvarnost i stvorili izmaštano viđenje života. Izlika motivacije još je besmisleniji razlog da ne promijene svoja vjerovanja. Mnogi smatraju da ih neodgodiva i očajnička uvjerenja motiviraju te da neće biti motivirani učiniti ono što je potrebno za pobjedu ako odustanu od tih negativnih shvaćanja - a istina je upravo suprotna.

Promjenom sustava vjerovanja mijenjate i posljedične emocije te misli. Posrijedi je trostruka povezanost stvaranja energije. Pozitivniji sustav vjerovanja znatno pojačava entuzijazam i ustrajnost. Ali, ako su vaša vjerovanja, emocije i misli negativni, svoj život zapravo temeljite na zaključcima neuspjeha i teškoća. Kamo bi vas to moglo dovesti? Jednako tako svoju biste energiju mogli uložiti u pozitivno vjerovanje jer tada barem imate izgleda da ih ostvarite. Ako ulažete u negativno, ne možete uspjeti. Štoviše, budući da vaša vjerovanja, emocije i misli o budućnosti prožimaju vašu svijest, taj destruktivan način razmišljanja

stvara očekivanje (i, vjerovali ili ne, na nekoj čudnoj razini, čak i *nadu*) nepoželjnog ishoda. Zbog toga je toliko važno ustanoviti kako vas vaša vjerovanja sputavaju.

### ***Dnevnik uspjeha***

Da biste ovladali svojim vjerovanjima, u dnevnik zabilježite odgovore na sljedeća pitanja. Dobro razmislite i donesite jasne odluke o najboljim, najkorisnijim vjerovanjima kojima biste mogli zamijeniti stara, negativna vjerovanja.

- Koja ste vjerovanja o sebi i o svojoj vrijednosti primili od drugih?
- Kakve osjećaje ti zaključci bude u vama?
- Kojim biste viđenjima mogli uvažavati svoju vrijednost te stvarati zdraviju, privlačniju energiju u svijetu?
- Koja ste vjerovanja o drugim ljudima i odnosima s njima primili od drugih?
- Kakve osjećaje ti zaključci bude u vama?
- Kojim biste zdravijim zaključcima mogli više poštovati druge i svoj odnos s njima?
- Kako biste se mogli svaki dan podsjećati na odabir tih novih vjerovanja?

Nemojte zanemariti ovu vježbu. Iskreno razmislite o odgovorima i iznađite kreativne mogućnosti jer je to presudno važno za stvaranje energije. Razborito je ulagati u pozitivno - samo na taj način možete stvarati dobro. Ulažite u blagotvorna vjerovanja, sretnije emocije i optimističnije misli. Univerzum će vam tada rado uzvratiti - a mogli biste čak osvojiti *jackpot!*

### ***Ustanovite svoj kvocijent privlačnosti***

Vaše osobno energetsko polje sastoji se od vaših mentalnih i emocionalnih obrazaca, od vaših vjerovanja i stavova te čak i od načina na koji se krećete i govorite. To je privlačna sila vašega doživljaja uspjeha, Možda mislite da napredovanje ovisi o vašemu izgledu, zaradi ili čak



o vašemu kvocijentu inteligencije. Ali, u konačnici, ne ovisi ni o čemu od toga. Vaš kvocijent privlačnosti zapravo govori posjedujete li energiju potrebnu za uspjeh na osobnoj i na profesionalnoj razini.

Da biste ustanovili svoj kvocijent privlačnosti, ispunite sljedeći upitnik. Vaš kvocijent privlačnosti govori o vašemu stvaranju energije i o rezonantnim obrascima vaše privlačne energije. S vremena na vrijeme ponovno ispunjavajte ovaj upitnik da biste ustanovili kako se vaša vibracija mijenja.

### UPITNIK ZA ODREĐIVANJE KVOCIJENTA PRIVLAČNOSTI

Vlastitu usklađenost sa sljedećim tvrdnjama ocijenite na ljestvici od 1 do 10, tako da 1 predstavlja "nikada", a 10 "uvijek". Svoje ocjene pišite na crti s lijeve strane - i budite iskreni!

- \_\_\_\_\_ 1. Vjerujete li u ono što radite?
  - \_\_\_\_\_ 2. Smatrate li da poznajete svoju osobnu svrhu i da je ostvarujete?
  - \_\_\_\_\_ 3. Prihvaćate li svoj trenutačni izgled i pojavu?
  - \_\_\_\_\_ 4. Jeste li sretni u svojim sadašnjim okolnostima?
  - \_\_\_\_\_ 5. Razmišljate li optimistično o budućnosti?
  - \_\_\_\_\_ 6. Jesu li vam vaši ciljevi i vaša sreća prioriteti?
  - \_\_\_\_\_ 7. Jeste li spremni riskirati?
  - \_\_\_\_\_ 8. Nastojite li razmišljati pozitivno kad se suočite s teškim situacijama?
  - \_\_\_\_\_ 9. Cijenite li i uvažavate sve dobro što već imate u svojem životu?
  - \_\_\_\_\_ 10. Poštujete li svoje tijelo zdravom prehranom i redovitom tjelovježbom?
- \_\_\_\_\_ % (Upišite svoj rezultat kako biste dobili kvocijent privlačnosti.)

Nemojte se obeshrabriti ako vam je rezultat niži no što biste željeli. Rezultati upitnika za određivanje kvocijenta privlačnosti najčešće su

u rasponu od 50 do 75 posto. Neovisno o tome je li vaš rezultat niži ili viši, ovaj bi vam upitnik mogao pomoći razviti svijest o promjenama energije koje biste trebali ostvariti da biste promijenili svoje životne rezultate.

Da biste stvorili specifično žarište za pozitivne signale, sva pitanja koja ste ocijenili ocjenom nižom od 7 pretvorite u pozitivne namjere i afirmacije. Primjerice, ako ste nekoj tvrdnji pridružili samo pet bodova, afirmirajte: *U svoju budućnost gledam sa sve više optimizma. Imam moć poboljšati svoju budućnost na sve moguće načine.*

Zapišite te tvrdnje na kartice koje ćete nositi sa sobom i često ih čitati. Nemojte to shvatiti kao opterećenje jer će vam donijeti nove zamisli i pristupe koji bi mogli promijeniti vašu energiju. Vi jeste - i uvijek ćete biti - stvaratelj vlastitog uspjeha. Odlučite odašiljati vedriju vibraciju i nedvojbeno ćete privući sjajne rezultate.

#### AFIRMACIJE ZA PRIVLAČNU ENERGIJU

- *Odabirem nov, zdrav, poticajan sustav vjerovanja. To je moje pravo - i moja budućnost.*
- *Sam odlučujem što je za mene istinito. Oslobađam se svih toksičnih ili omalovažavajućih vjerovanja.*
- *Razmišljajući pozitivnije, odašiljem bolju energiju te privlačim sve bolje rezultate.*
- *Zdravlje i privlačnost moje energije ovise o meni. Odabirem razmišljati smireno.*
- *Prihvaćam sebe, svoju vrijednost i svoj izgled. Samoprihvatanje je moj prioritet.*

## MOĆ NAMJERE

### *Četvrta osobna moć uspjeha*

*"Budite usredotočeni na ono što namjeravate stvoriti. Dosljedno se usklađujte s poljem namjere i opažajte znakove koji govore da u vaš život pristiže ono što prizivate iz Izvora sveg stvaranja"*

Dr. Wayne W. Dyer

Vaše su namjere najvažniji katalizatori Zakona želje namjere. Ako imate jasne i uzvišene ciljeve u svojem svakidašnjem životu i na putu ostvarivanja svojih ciljeva, povezani ste s prirodnim silama Zakona čiste želje - a svijest je također presudno važna. Morate postati svjesni svojih namjera (i preuzeti nadzor nad njima).

Svaki postupak, odluka ili ponašanje mogu proizlaziti iz različitih težnji. Premda se postupak ne mora promijeniti, drukčija namjera može potpuno izmijeniti njegovu energiju, a time i posljedice koje ćete privući u svoj život.

Razmotrimo primjer uobičajene situacije na radnom mjestu, koja se na površini može doimati pozitivnom, ali je zapravo određena namjerom. Recimo da svojem nadređenom uputite kompliment. Ako iskreno izražavate svoje mišljenje i želite ga pohvaliti, tada su i namjera i čin pozitivni. To stvara istinsku rezonanciju poštovanja i donosi samo blagotvorne posljedice.

Međutim, recimo da mu se tim komplimentom ulagujete i da želite steći njegovu naklonost, možda u nadi da ćete dobiti povišicu ili dobru ocjenu. U tom je slučaju vaša namjera manipulacijska, a vaša energija odjekuje teškom vibracijom prijetvornosti. Možda ćete ipak dobiti povišicu ili dobru ocjenu, ali s vremenom ćete nedvojbeno privući prijetvornost i osjetiti da netko pokušava upravljati vama.

Ako nastojite biti ljubazni u svakoj situaciji kako biste postigli odobravanje ili dokazali vlastitu vrijednost, prihvaćanje i samopoštovanje zapravo nastojite postići manipuliranjem. Takav nečastan cilj može odašiljati samo negativnu energiju i vrlo jasnu poruku kako ne vjerujete da zaslužujete biti cijenjeni takvi kakvi jeste. Vaš kompliment (ili bilo koji drugi izraz naklonosti) može se *doimati* ljubaznim, ali ako je proizašao iz očaja, potpuno mijenja energiju. Vaše namjere imaju moć potpuno promijeniti vašu vibraciju, a stoga i posljedice vašega života.

Ta je sila pogonska energija svega što činite. Dok doručkujete, putujete na posao, ispisujete ček ili obavljate svoj posao, činite to sa smislom. Čak je i najdosadniji posao utemeljen na namjeri. Svrha je, dakako, očita, ali postoji i temeljna energija koje možda niste svjesni. Možda mislite da je dolazak na posao jedini cilj vašega putovanja na posao, ali što je vaša namjera za to *iskustvo*? Kakvoj se energiji namjeravate prepustiti u vrijeme te aktivnosti? Možda je posrijedi tek jutarnje putovanje na posao, ali je važno kako doživljavate tu aktivnost. Očita svrha ispisivanja čeka jest plaćanje nečega, ali koji je energetski razlog u pozadini toga čina? Osim očitih razloga, potrebno je razmotriti i *namjeru iskustva*.

Dok putujete na posao, možete odlučiti uživati u vožnji ili to vrijeme možete provesti u zabrinutosti zbog svega što taj dan morate obaviti. Dok ispisujete ček, možete biti zahvalni za ono što plaćate ili možete zabrinuto razmišljati o tome koliko vam je malo novca ostalo na računu. Dok obavljate svoj posao, možete biti zahvalni jer imate posao i namjeravati dati najbolje od sebe ili se možete cijeli dan dosađivati, ogorčeni jer uopće morate biti na radnom mjestu.

Što mislite, koja će vam mogućnost u obavljanju tih aktivnosti donijeti najbolje rezultate? Vaše su mentalne namjere moćna sila jer

usmjeravaju vaše stvaranje svijesti. Razmislite o tome koliko iskustava dnevno proživite s temeljnom strujom negativnosti. Možda mislite da to nije osobito važno, ali takav pristup životu stvara začaran energetski krug. Namjere i težnje proizašle iz straha i zamjeranja te manipulativna ponašanja stvaraju zabrinutost i depresiju - negativne energije koje samo produbljuju vaše nezadovoljstvo.

### ***Namjeravajte biti sretni!***

Vrijeme je da aktivnosti svojega života doživite s pozitivnom namjerom, da svakom dijelu svoje stvarnosti pristupite sa zahvalnošću i povjerenjem umjesto neprestane zabrinutosti koja opterećuje mnoge ljude. Kad strah i tjeskoba postanu vaše vladajuće emocije, njihova energija prožima vaše motive. To se događa ako se neprestano bavite mislima poput: *Što ako ne budem imao dovoljno za plaćanje računa? Što ako prodaja ne uspije? Mrzim svoj posao! Ja sam propali slučaj!* S vremenom će te i druge negativne misli postati vaša očekivanja.

Vjerojatno ste čuli za "proročanstva koja se sama ispunjavaju". Pa, vjerovali ili ne, taj je pojam znanstveno opravdan. Žarište vaše emocionalne energije može strah od nekog budućeg problema pretvoriti u podsvjestan plan ostvarenja toga problema. Možda mislite da vam je cilj steći bogatstvo, ali ako živite u strahu od siromaštva, taj strah postaje vaša pogonska namjera! Što više strahujete od siromaštva, to više vaša negativna vibracija odbija obilje. To je energetska dinamika paradoksalne namjere; morate načiniti zaokret od očaja prema odlučnosti.

Morate raditi na svojim ciljevima, ali s namjerom povjerenja, planirati sretan život u sadašnjosti. Dok plijevite vrt ili perete rublje, izađite :z negativnosti i nastojte opaziti potencijal radosti u svakom poslu.

To osobito vrijedi za ostvarenje vaših snova. Vaša namjera stjecanja bogatstva - ili bilo kojega drugog dobra - mora biti čista, nikada potaknuta strahom. Ljudi me često pitaju kako mogu održavati snažnu usredotočenost na svoje želje bez upadanja u zamku emocija. Zamisle energetske razlike između očaja i odlučnosti. Očaj je potreba za željenim rezultatima, utemeljena na strahu. S druge strane, odlučnost

je namjera smirenog, ali ustrajnog djelovanja prema ostvarenju snova s namjerom stvaranja sreće i sada, dok ti snovi još nisu ostvareni.

Ta su iskustva potpuno suprotna. Razliku u vibraciji možete osjetiti i dok izgovarate riječi *očaj* i *odlučnost*. Preusmjerite svoju namjeru s tjeskobe prema odlučnijem odustajanju od vezanosti za ishod, koja proizlazi iz straha. Ako ste podlegli očaju, rezultatu ste pridali previše moći. Ali, nadzor možete ponovno preuzeti povratkom čistoj namjeri.

Da biste otkrili kakav je vaš pristup, razmotrite sljedeće tvrdnje kako biste ustanovili koja skupina najbolje predstavlja vašu energiju:

### OČAJNIČKE NAMJERE

- Moj će me cilj (posao, novac, veza) doista usrećiti.
- Znam da će me ovo postignuće učiniti uspješnim.
- Kad ostvarim svoju želju, osjećat ću se prihvaćeno.
- Osjećat ću se sigurno tek kad ostvarim napredak.
- Moram to što prije ostvariti. Ne smijem prestati raditi na tome sve dok se situacija ne popravi.

### ODLUČNE NAMJERE

- Imam moć usrećiti samoga sebe.
- Čak i ako svoje ciljeve ostvarim za neko vrijeme, danas se mogu osjećati uspješnim.
- Mogu odlučiti prihvatiti samoga sebe.
- Mogu se osjećati sigurno i u sadašnjem trenutku.
- Mogu već sad stvoriti sve te pozitivne emocije i doživljaje. Mogu odmah izabrati pouzdanje i odustati od straha.

Čitajući navedene tvrdnje, možete osjetiti različitu energiju dvije kategorije. Odustajanje od straha i emocionalne vezanosti za ciljeve bit će presudno važan dio zaokreta prema smirenijoj, prijemljivijoj vibraciji. Pozitivna svijest te svrha utemeljena na povjerenju i opti-

mizmu stvorit će magnetičnu rezonanciju koja će privlačiti ostvarenje vaših želja. Morate odustati od potrebe za ostvarenjem cilja kako biste ga što prije privukli. To postizete prihvaćanjem svojih emocionalnih namjera sreće, uspjeha i prihvaćanja u sadašnjem trenutku.

Nikada ne podliježite opsjednutosti jednim jedinim načinom ostvarenja svojih emocionalnih snova; otvorite se za sve mogućnosti koje su vam na raspolaganju za trenutačno stvaranje tih osjećaja. Kad osjetite tjeskobnu nestrpljivost zbog određenog cilja, s entuzijazmom i optimizmom vizualizirajte ostvarenje svoje želje. Potom afirmirajte: *U svoj život privlačim ostvarenje ove želje ili nešto još bolje.* To će vam otvoriti oči za mnoštvo mogućnosti u svim vašim nastojanjima. Predajte se i vjerujte u nesputano ostvarenje svojih želja. Ne postoji privlačnija energija no što su povjerenje i prilagodljivost - kao ni bolji način ostvarenja namjera.

#### DNEVNIK USPJEHA

Da biste se istinski predali, morate otkriti svoje istinske namjere. U trenucima kontemplacije i u dnevniku postavite si sljedeća pitanja:

- Kad pomislim na svoje želje, koje se emocije pojavljuju u meni? Osjećam li zabrinutost i strah ili optimizam i nadu?
- Kakav emocionalan (*ne* financijski) ishod toga cilja očekujem u svojem životu? Što mogu učiniti ili misliti da bih odmah stvorio to stanje?
- Je li moja namjera optimistična - ne samo po pitanju budućih ishoda, već i sadašnjih aktivnosti? Ako nije, zašto nije? Koju drugu mogućnost mogu izabrati?
- Jesu li namjere vezane uz moj cilj na bilo koji način sukobljene? Ako jesu, na koji se pozitivan i čist motiv mogu usredotočiti?

## *Otvoreno, čisto, usklađeno*

Budući da su vaše namjere univerzalne narudžbenice, morate biti vrlo jasni, sigurni i optimistični. Neodređenost je nalik situaciji u kojoj ulazite u restoran i kažete konobarici: "Gladan sam." Morate znati što želite i jasno to dati do znanja Univerzumu. Suprotstavljene misli donose propast čak i dugogodišnjih želja. Morate živjeti s jasnim znanjem i čvrstom vjerom, govoriti sami sebi: *Ja to mogu. Učinit ću to. Zaslužujem to!* Nema mjesta za sumnju i proturječnosti - samo za čistu, jasno usredotočenu namjeru.

Bez obzira na to jesu li posrijedi vaše sposobnosti ili vaša vrijednost, narudžbu upućenu Univerzumu ne smijete okaljati negativnošću i otporom. Zamislite što bi se dogodilo kad biste ušli u restoran i rekli konobarici: "Pa, volio bih odrezak, ali bih možda trebao uzeti hamburger... ali odrezak zvuči tako dobro..." Konobarica bi odustala i otišla.

Ali, recimo da vam pruži drugu priliku. Vi taj put kažete: "Rado bih pojeo jastoga, ali ne zaslužujem potrošiti toliko novca na sebe. Uzet ću samo riblji sendvič... ali, doista bih rado pojeo jastoga!" Konobarica se nakon nekog vremena više neće vratiti!

Jednako je s Univerzumom. Ako neprestano mijenjate namjere, od želje do nevjerice, Univerzum jednostavno ne zna što bi vam poslužio - pa vam ne posluži ništa! Mogli bi pomisliti: *Želim novu vezu*, ali i: *Već sam toliko mnogo puta povrijeđen*. Možete se nadati velikom promaknuću, ali i strahovati da su drugi kandidati kvalificiraniji. Takvi suprotstavljeni pristupi truju vašu energiju i zamagljuju vašu svijest odbijajući struju Univerzuma. *Vaše namjere moraju biti čiste, usklađene i otvorene za primanje*. Održavajte jasnu viziju svojega cilja i pošaljite je kao svoju prethodnicu. Univerzum je spreman zadovoljiti vašu narudžbu, ali mu vi morate dati do znanja što želite.

Uspostavite neprestanu svijest o svojim namjerama - ne samo vezanim uz dugoročne ciljeve, već i uz vaš svakidašnji život. Primjerice, dok razmišljam o danu koji je preda mnom, moja najvažnija namjera jest stvarati sreću i vrijednost svime što činim, a te energije nastojim podijeliti s drugima. Kad započnem novu aktivnost, nastojim odrediti



svoj emocionalni pristup. Budući da sve što činite ima žarište koje usmjerava vaše stvaranje energije, trebali biste biti potpuno svjesni svojih istinskih motiva, osobito onih vezanih uz privlačenje većeg uspjeha.

### SAVJETI ZA MOĆNU NAMJERU

Budete li svaki dan postupali u skladu sa sljedećim smjericama za moćne namjere, imat ćete veći nadzor nad stvaranjem svoje energije:

- Svakoga jutra nekoliko minuta meditirajte ili pišite o svojim namjerama za dan koji je pred vama. Zamislite kako planirane aktivnosti obavljate s jasnom svijješću o svrsi svake pojedine aktivnosti - i učinite je pozitivnom, optimističnom i radosnom. Na taj način odašiljete vedriju svijest i namjeravate proživjeti sretan i uspješan dan.
- Usredotočite se na svoje namjere više puta dnevno. Ako prolazite kroz teško razdoblje ili radite na izazovnom projektu, svoju svjesnu usmjerenost obnavljajte što češće. Uzmite stanku sredinom prijepodneva, u vrijeme ručka ili nakon radnog vremena, kako biste stvorili pozitivnu namjeru za sljedećih nekoliko sati.
- Tijekom prizemnijih aktivnosti svojega života nastojte stvoriti pozitivnije namjere. Budite svjesni svojega mentalnog smjera dok se bavite aktivnostima kao što su jelo, vožnja ili kućanski poslovi. Pronađite pozitivnu, iskrenu svrhu u svakom pojedinom zadatku i potpuno ćete promijeniti prirodu svoje energije.
- Na večer svjesno stvorite namjeru za svoju noćnu energiju. Afirmirajte: *Noćas ću čvrsto spavati. Probudit ću se opušten, okrijepljen i pun entuzijazma, veseleći se novom danu.*
- S vremena na vrijeme razmotrite namjere vezane uz svoj cilj. Pazite da po pitanju svojih želja ne stvarate sukob zamagljujući ih strahom. Ostanite usredotočeni, otvoreni, odlučni i optimistični kako biste ostali na putu ostvarenja svojih želja.

Vaše namjere postavljaju temelj vašemu budućem uspjehu pa ne dopustite da se zapetljaju u sumnju i zbunjenost. Nikada ne poričite svoje sposobnosti i ne odbacujte svoju vrijednost - i nikada, nipošto ne umanjujte veliko obilje mogućnosti Univerzuma. Čista želja zna da je vaš cilj dostupan i dostižan. Vi ga zaslužujete pa stvorite tu namjeru!

#### AFIRMACIJE ZA ČISTU I MOĆNU NAMJERU

- *Počinjem pomnije promatrati razloge zbog kojih činim to što činim. Svjestan sam da su moje namjere moćne sile u mojemu životu.*
- *Imam moć usrećiti samoga sebe. To je moja odgovornost i moja sadašnja namjera.*
- *Otvoren sam za obilje mogućnosti koje mi Univerzum nudi. Mnogo je načina da ostvarim svoje snove.*
- *Svakoga sam dana sve više svjestan svih svojih namjera. Odbirem svaki dan živjeti na temelju povjerenja i ljubavi.*
- *Svemu što činim pristupam s radosnom, svjesnom namjerom - čak i svakidašnjim životnim obvezama.*

## MOĆ IZBORA

### *Peta osobna moć uspjeha*

*"Slobodni ste birati, ali će vaši današnji izbori odrediti  
što ćete imati, biti i činiti u budućnosti."*

Zig Ziglar

Dinamična osobna moć koja povezuje sve ostale jest *izbor*. Na žalost, toliko često zaglavimo u svojim navikama da možemo biti potpuno nesvjesni kako su nam naše mogućnosti uvijek na raspolaganju. To vrijedi za naše naizgled beznačajne izbore do najvažnijih odluka koje mijenjaju život.

Često se ograničavamo okolnostima svojih života. Mislimo: *Ne mogu ostaviti svoj posao jer moram plaćati hipoteku*. Pretpostavljamo da ne smijemo prihvatiti novo zanimanje samo zbog davnašnje odluke da se bavimo onime čime se bavimo. Osjećamo se prisiljenima ustrajati u istoj situaciji samo zato jer smo tako postupali u prošlosti.

Osim toga, skloni smo ograničavati svoje mogućnosti u skladu s obrascima kojima su nas poučavali. Smatramo da se ne možemo zauzeti za sebe zato jer nam u prošlosti nikada nisu pružili priliku. I dalje *biramo* ugađanje drugima jer opažamo da drugi idu tim putem. Oslanjamo se na navike naših društvenih običaja, na pristupe iz prošlosti i

stare načine izražavanja, prehrane, učenja, komunikacije i određivanja prioriteta. Iz dana u dan donosimo tisuće izbora, ali se malokad sjetimo da imamo mogućnost u svemu postupiti drukčije - ako to želimo.

Jednom sam čula šaljivu priču o ženi koja je pripremala ukusne pečenke i umake. Meso je bilo toliko mekano da se gotovo topilo u ustima. Postupak pripreme pečenke naučila je od svoje majke te ga prenijela svojoj kćeri, rekavši joj kako je za sočnost pečenog mesa presudno važno odrezati krajeve prije no što ga se stavi u pećnicu. Njezina je kći dosljedno slijedila njezine upute pa je i sama bila sposobna pripremiti ukusnu večeru.

Dok je jednoga dana bila kod bake - žene koja je domislila recept za pečenku - rekla joj je: "Jako mi je drago što mi je mama odala tvoju tajnu. Svi kažu da pripremam najsočniju pečenku u gradu."

Baka ju je upitala: "O kakvoj tajni govoriš?"

"Pa, o rezanju krajeva pečenke!" odgovorila je djevojka. "Mama to radi otkako je počela kuhati. Radi to jer si ti to oduvijek radila, a i tvoja je pečenka uvijek bila ukusna."

Čuvši to, baka je prasnula u smijeh koji nije uspijevala zaustaviti. Kad se napokon pribrala, rekla je unuci: "Dušo, krajeve nisam rezala kako bi pečenka bila sočnija. Rezala sam ih zato jer mi je pećnica bila toliko mala da nisam mogla staviti cijeli komad u nju!"

Ova smiješna, ali vrlo poučna pričica otkriva razlog zbog kojega često cijeloga života ponavljamo isti izbor: prerasta nam u naviku koju nesvjesno održavamo. Isprva smo možda imali dobar razlog za taj izbor, ali donosi li nam taj izbor dobrobiti i danas? To je pitanje važno jer mnoge odluke u kojima zaglavimo mogu utjecati na energiju - i čak na kvalitetu - naših života.

U svakom smo trenutku suočeni sa svojevrsnim energetskim izborom. Ne samo što odlučujemo što ćemo učiniti već i određujemo što ćemo misliti, vjerovati, osjećati i opažati o situaciji u kojoj se nalazimo. Dugoročno gledano, naši svakidašnji izbori stvaraju tkanje našega života. Odluke koje donosimo iz trenutka u trenutak stvaraju predodžbu onoga što jesmo i što postajemo. To su doista trenuci koji nas određuju, stalne male odluke koje određuju energiju i smjer naših života.

Po pitanju obrazaca moramo shvatiti da odluku ne donosimo samo jednom, već je neprestano iznova potvrđujemo. Možda ste se na pušenje odlučili kao tinejdžer, ali kad god zapalite cigaretu, ponovno potvrđujete tu važnu odluku. Svaki put donosite nov izbor, čak i ako toga uopće niste svjesni. Na žalost, vaša nesvjesnost ne umanjuje njegovu moć u vašemu životu.

Naši su dani ispunjeni nebrojenim nesvjesnim izborima i stotinama svjesnih, a postupci o kojima ne razmišljamo imaju jednaku moć kao i odluke o kojima danima razmišljamo. Štoviše, ti izbori mogu u tolikoj mjeri prerasti u naviku da će njihov utjecaj vjerojatno biti još veći! Ali, kad preuzmemo nadzor nad svim svojim mogućnostima, počnemo usmjeravati energetski zamah svojih života. Ta moć, ta mogućnost izbora, omogućuje nam uvjetovati uspješno ostvarenje naših želja na dva osnovna načina - putem izbora stava i postupaka.

### *Stav i postupci*

Vaši se izbor uvijek odnose na stav ili na postupke. Stav je nerazdvojivo povezan s vašim opažanjem i vjerovanjima, dvjema temeljnim sastavnicama svijesti i energije. Stav je stoga osnovni katalizator onoga što privlačite i onoga što želite ostvariti, suptilna kombinacija misli i emocija usredotočenih na određeno pitanje.

Mogli bismo tvrditi da imamo dobar (ili loš) stav, ali moramo podrobnije razmotriti što to doista znači. Dobar je stav u većini slučajeva utemeljen na pozitivnim uvjerenjima i optimističnim emocijama; loš stav proizlazi iz pesimističnih zaključaka u kombinaciji s osjećajima straha ili nesnošljivosti.

Čak i ako ste u prošlosti imali vrlo loše stavove, više ih ne morate održavati. Vaš način razmišljanja oblikuje vašu stvarnost, a po pitanju zakona uspjeha *stav jest* presudno važan. To je energetski istinito jer je vaš svjetonazor pogonska sila stvaranja vaše svijesti. Možda još niste pomislili da svoj pristup odabirete svaki dan - štoviše, svakoga trenutka. Stoga odmah izaberite nov, pozitivan stav.

Osim toga, uputno je razmotriti odluke koje donosite po pitanju svojih postupaka. U svakoj situaciji odabirete jedan od tri glavna smjera djelovanja, a to su vaša dosljedna vjerovanja o samome sebi, o drugima i o vlastitim ciljevima. Ta vjerovanja mogu poboljšati vaš život ili ga upropastiti. Dakle, ako vaša ponašanja nisu blagotvorna i zdrava, vrijeme je da počnete donositi nove odluke.

## DNEVNIK USPJEHA

Razmislite o svojim stavovima i postupcima vezanim uz sljedeća pitanja. Odgovore zapišite u dnevnik, a tada odlučite donositi pozitivnije odluke u svakidašnjem životu.

Izbori stava:

1. Kakav je vaš stav o vašoj trenutnoj poslovnoj situaciji?

- Kako razmišljate o njoj? Jeste li skloniji pozitivnom ili negativnom načinu razmišljanja?
- Kakve *osjećaje* vaš posao izaziva u vama? Jesu li ti osjećaji u pravilu ugodni ili neugodni?
- Kako možete promijeniti svoje misli ili vjerovanja da biste stvorili pozitivnije osjećaje i stavove o svojem poslu?

## 2. Kakav je vaš stav o novcu?

- Kakve misli i emocije vežete uz novac?
- Jeste li zadovoljni i sretni ili nestrpljivi i potrebiti?
- Kako možete izmijeniti svoja vjerovanja o novcu da biste stvorili bolje osjećaje o njemu?

## 3. Kakav je vaš stav o ostvarenju vlastitih ciljeva?

- Navedite nekoliko svojih najistaknutijih misli o svakom pojedinom cilju.
- Što osjećate prema svojim ciljevima? Jeste li skloniji nadi i odlučnosti ili sumnji i oklijevanju?
- Zapišite pozitivne namjere i zaključke kako biste poništili negativne osjećaje vezane uz navedena pitanja.

Stvorite namjeru prihvaćanja *samo* onih vjerovanja i emocija koje će odašiljati zdraviju svijest i privlačniju energiju vezanu uz navedena pitanja. Svaki dan se podsjećajte na te mogućnosti; čitajte svoje nove zaključke i često afirmirajte svoje nove pozitivne stavove.

### Izbori djelovanja:

#### 1. Postupanje prema samome sebi:

- Koji bi se od vaših svakidašnjih postupaka mogao smatrati škodljivim za vas (uključujući prehranu, konzumiranje alkohola, unutarne dijaloge i način na koji provodite vrijeme)?
- Navedite nekoliko novih izbora koji bi mogli stvoriti pozitivniji način života i uzvišeniju energiju kako biste privukli bolje rezultate.
- Kako te nove izbore možete redovito ostvarivati? Zapišite nekoliko zamisli i često ih razmatrajte.
- Kojim redovitim postupcima poštujuete sebe i svoj način življenja?
- Kako možete češće ostvarivati te izbore?

## 2. Postupanje prema drugima:

- Koje od sljedećih određenja najbolje opisuje vaše najčešće postupke prema drugima? Zaokružite po jedno iz svakoga para.

Obazrivi

Bezobzirni

Utemeljeni na povjerenju

Utemeljeni na strahu

Proizašli iz prihvaćanja

Proizašli iz osuđivanja

Prilagodljivi

Proizašli iz želje za nadzorom

Tolerantni

Neugodni

Miroljubivi

Nesnošljivi

- Zašto odabirete takve postupke?
- Kakvu energiju stvaraju?
- Ako ste zaokružili bilo koje određenje iz desnog stupca, kojim biste drukčijim izborima vjerovanja i ponašanja mogli stvoriti skladniju rezonanciju?

## 3. Postupci vezani uz ciljeve:

- Koliko često djelujete u smjeru ostvarenja svojih ciljeva?
- Kad ste suočeni s izborom djelovanja u smjeru ostvarenja svojih snova ili u nekom drugom smjeru, što najčešće izaberete?
- S koliko se *entuzijazma* upuštate u postupke usmjerene ostvarenju svojih ciljeva?
- Kako možete češće i energičnije djelovati prema ostvarenju tih želja?

Da biste uspješno ostvarili svoje ciljeve, morate im često davati prednost, a u tome se moć izbora povezuje s moći odustajanja. Možda ćete morati odustati od neke navike ili čak osobnog zadovoljenja da bi vaš cilj bio vaš najviši izbor. Štoviše, bez obzira na to što je posrijedi, ako doista živite svjesno, ustanovit ćete da često imate mogućnost



pozitivno primijeniti oba načela. To je jedna od odluka koje će vam donijeti najviše slobode i moći: *izbor odustajanja*.

Koliko puta dnevno imate mogućnost izabrati hoćete li zadržati ili popustiti stisak? Neovisno o tome je li posrijedi spontana navika, negativan misaoni obrazac ili teška emocija poput straha ili gnjeva, uvijek imate mogućnost čvrsto je uhvatiti ili odbaciti. Pa ipak, mnogi se ljudi osjećaju prisiljenima ustrajati jer smatraju da im to daje moć. Čvrsto se drže svojih navika, drugih ljudi, svojih naslova, svojih zona udobnosti i čak svoje imovine. Ali, oslobađanje od svega toga zapravo vam daje najveću moć.

Kad odlučite odustati, oslobađate se vezanosti, straha i potrebe za nadziranjem - a svaka od tih odluka donosi vam *više* snage. Osobito odlučite odustati od starih negativnih obrazaca, stavova i navika. Ako vas to do sada nije dovelo onamo kamo ste željeli, očito ne djeluje pa morate izabrati nove.

### ***Izbor ili posljedice***

U ritmu vašega života svaki je trenutak izbor - a svaki izbor ima svoje posljedice. Štoviše, svaki izbor ima dvije vrste posljedica: stvarne i energetske. Stvarni su rezultati katkad očit. Primjerice, ako se dosljedno prejedate, udebljat ćete se. To je stvarna, tjelesna posljedica. Ali, što je energetski ishod? Rezonancija odluke neobuzdanog prepuštanja jelu narušava samopoštovanje te odašilje poruke o omalovažavanju i preziranju samoga sebe. Takva rezonancija neizostavno privlači ljude i situacije koji će pojačavati te osjećaje.

Međutim, posljedice često nisu toliko jasne. Dok telefonirate, naručujete jelo ili zapošljavate potpredsjednika tvrtke, važno je razmotriti i stvarne i energetske posljedice izbora. Premda nećete uvijek biti sposobni predvidjeti ishod, trebali biste razmotriti mogućnosti i energiju prije no što odlučite. U svojim izborima morate osjećati ispravnost, a da biste to postigli, vaši izbori moraju odašiljati rezonanciju dostojanstva, čestitosti i samopoštovanja.

Pri odabiru smjera djelovanja - manje važnog ili važnijeg - dva će vam pitanja pomoći otkriti energetsku prirodu posljedica. Zapitajte

se: *Odražava li ovaj izbor samopoštovanje? Pojačava li moj osjećaj dostojanstva i održava li moju čestitost?* Ako na ta pitanja možete odgovoriti potvrdno, tada, bez obzira na prirodu odluke, znate da odabirete najbolju mogućnost. Univerzum žarko želi poduprijeti vašu energiju samopoštovanja pa možete biti uvjereni da će vam svaki izbor donesen s tom namjerom dati istinsku moć i obasipati vas sve većim blagoslovima!

### ***Afirmacije za zdrave, sretne i djelotvorne izbore***

- *Znam da svaki dan imam nebrojeno mnogo mogućnosti izbora. Svjestan sam svakoga od njih.*
- *Sve moje dnevne odluke određuju mene i moju energiju. Svoje svakidašnje izbore misli, riječi i djela donosim s ljubavlju i poštovanjem.*
- *Odabirem pozitivnije stavove prema sebi, prema svojim ciljevima i prema svojem životu.*
- *Uvijek biram doživljavati samoga sebe s ljubavlju i na način koji mi pruža više moći.*
- *Odabirem život slobodan od straha, zabrinutosti, zavisti i osuđivanja. Odabirem prepustiti se i živjeti u miru.*

## MOC LJUBAVI

### *Šesta osobna moć uspjeha*

*"Ljubav je presudno važna sastavnica uspjeha. Bez nje vaš život trpi ispraznost. Uz nju vaš život treperi toplinom i zadovoljstvom.*

Glenn Van Ekeren

Kad svojim poslovnim klijentima govorim o moći ljubavi, mnogi se leću. Jedan mi je rukovoditelj rekao: "Do ovoga trenutka sam se potpuno slagao s vama. Znanost svega toga je savršeno logična, ali s ovime o ljubavi se ne mogu složiti."

Takva je reakcija uobičajena. Kad ljudi shvate primjenu kvantne fizike na čovjeka, uviđaju da njihova svijest, energija i namjera znatno utječu na posljedice u njihovim životima. Ali, po pitanju uspjeha većinu ljudi zanima: "Što ljubav ima s tim?"

Ljubav je vrlo stvarna moć i u Univerzumu i za pojedince. Posrijedi je energija koja se osjeća duboko, ne samo kao romantična ljubav, već u svakom obliku; ta snažna, vibrirajuća, kreativna sila slobodno i nesputano teče kroz svijet. Kad svoju vlastitu energiju ljubavi uskladimo sa strujom Univerzuma, nema toga što ne možemo postići.

Ta je vibracija odsutnost mržnje i straha. Kad odlučite doživljavati, opažati i promicati ljubav, opažate stvarnu vrijednost u svojem životu

i privlačite više vrijednosti. Ta energija ne samo što ubrzava ostvarenje vaših ciljeva već i stvara duboko sretnu rezonanciju koja prožima vaš cijeli život. Kad god odlučite nečemu pristupiti s ljubavlju, potičete djelovanje svih zakona uspjeha pa razmotrimo kako pomoću te moći možete primijeniti silu svakoga pojedinog zakona.

**1. Zakon očitovanja.** Da biste razvili svijest o ljubavi, uzmaknite te odaberite dosljedno miroljubivo i obazrivo opažanje samoga sebe i drugih. To potiče stvaranje osobne stvarnosti ispunjene radošću! Osim toga, kad ste svjesniji svih oblika ljubavi u svojem životu, vaše opažanje ljubavi pojačava povoljne odgovore Univerzuma, koji se u vašem životu očituju kao mnoštvo divnih iskustava.

**2. Zakon privlačenja.** Ljubav je najprivlačnija energija koju možete odašiljati. Na žalost, strah i mržnja također mogu biti vrlo privlačne energije - na krajnje pogrešne načine. U težnji uspjehu te negativne energije nikada ne mogu privući ništa ugodno ili vrijedno. Kad odaberete stav ljubavi, oslobađate se zbunjenosti, zabrinutosti i sumnje. Stoga duboko udahnite, oslobodite se svih zabrinutosti i afirmirajte: *Biram ljubav*. Vibracija vaše osobne energije bit će blistavo privlačna.

**3. Zakon čiste želje.** Srce prožeto ljubavlju puno je nade i uzbuđenja. Iskrena naklonost prema samome sebi utvrđuje vašu vjeru u vašu budućnost i u vaš cilj. A kad odlučite odmah prihvatiti svoj život, mnogo ste spremniji odustati od vezanosti uz ciljeve. To pročišćuje vašu želju i znatno ubrzava ostvarivanje vaših ciljeva.

**4. Zakon paradoksalne namjere.** Namjere proizašle iz ljubavi slobodne su od straha. Umjesto zabrinutosti povjerenje postaje vaš način života - i vaša prevladavajuća energija. S namjerom ljubavi možete pristupiti svemu što činite: radu, zabavi, jelu, razgovoru, razmišljanju ili tek disanju. Da biste to postigli, dovoljno je da izgovorite riječ *ljubav*.

**5. Zakon sklada.** Preduvjet sklada - i čarolije sinkroniciteta - jest življenje s poštovanjem, ljubavlju i prihvaćanjem. Odlučite odustati od

osuđivanja i nesnošljivosti prema sebi i prema drugima. Otvorite se toleranciji, opraštanju i suosjećanju. Sve će vas to uskladiti s mističnim silama sinkroniciteta te vam otkriti cijeli Univerzum mogućnosti.

**6. Zakon ispravnog djelovanja.** Najuzvišenije ispravno djelovanje jest pristupanje svijetu s ljubavlju. Svijet vam odgovara u obliku pomoći, potpore i blagoslova. Ako se nađete u situaciji u kojoj ne znate kako biste postupili, zapitajte se: *Kako da ovom iskustvu pristupim s ljubavlju?* I učinite to.

**7. Zakon širenja utjecaja.** Vaša namjera širenja energije ljubavi produbljuje vaš pozitivan i smiren doživljaj života - te jednako djeluje na sve oko vas. Vaš izbor obazrivi misli i postupaka u obiteljskom životu, poslu, društvu i zajednici širi mir u svijetu. Vama ujedno donosi dublje spokojstvo i napredak, kako biste mogli odašiljati još više ljubavi i održavati taj vječni ciklus.

### *Neka ljubav teče*

Bez obzira na to s kojim univerzalnim zakonom radite, ako svoj život odlučite ispuniti ljubavlju, jednostavno ne možete pogriješiti. Kao i uvijek, najbolje je početi od samoga sebe. Bez moći ljubavi prema sebi možete živjeti samo u strahu i strepnji, a iz toga stanja uma ne može izaći ništa pozitivno.



Osnovna energetska postavka glasi: ljubav prema sebi nije arogancija ni umišljenost, već izvor vaše sposobnosti da cijenite sve i svakoga oko sebe. Da biste potaknuli taj osobni izvor moći, pogledajte u ogledalo i afirmirajte da volite, cijenite i poštujete sebe. Prestanite si tražiti mane i počnite uvažavati svoje vrline. Ljubav je snažna, pulsirajuća vibracija. Ako ne cijenite samoga sebe, odašiljete neugodnu energiju zbog koje vas drugi ne cijene. Budite uvjereni da ne možete uspjeti ako prezirete samoga sebe.

Osim afirmiranja samoga sebe, uputno je i ugoditi samome sebi. Kod kuće i na radnom mjestu stvorite ozračje koje će vas nadahnjivati. Tijekom dana povremeno odvojite po nekoliko minuta za opuštanje i sabiranje; ohrabrite se i čestitajte si za dobro obavljen posao. Da biste privukli brižne odgovore Univerzuma, morate birati ljubav u svim njezinim značenjima te je primjenjivati u svemu. Cijenite današnji dan, prizore koji vas okružuju te zadatke i aktivnosti kojima se bavite. Poticanjem samoga sebe i poštovanjem prema životu privući ćete iste, divne vibracije od drugih ljudi i od svijeta.

Kad razvijete energiju ljubavi prema sebi, možete je proširiti upućujući je srcima onih koji vas okružuju. Iskreno se nasmiješite i pogledom pošaljite naklonost prijatelju; osjetite kako istječe iz vaših prstiju dok se rukujete s nekim. Neka naklonost prožima vaš glas i vaše pokrete u svim aktivnostima, važnim i manje važnim. Zamislite kako se blještava, vatrena energija iz vašega srca poput duge pretače u srca drugih.

Katkad vam može biti teško vizualizirati slanje energije ljubavi ako se osjećate previše umorno ili se suočite s ljudima koji izazivaju neke niže emocije. U tom slučaju možete odlučiti biti kanal vibracije Univerzuma, koja je uvijek prisutna. Zamislite se kao lijevak u koji teče bujica božanske ljubavi, a potom istječe iz vašega srca. Kad to učinite, postajete provodnik od jednoga izvora ljubavi do drugoga, a na taj način dolazite u samo središte čudesne struje ljubavi i dobronamjernosti.

## PROCES ODAŠILJANJA LJUBAVI

Ako se nalazite u teškoj situaciji ili doživljavate teškoće u odnosu s drugom osobom, odašiljanje energije ljubavi u tom smjeru vrlo je vrijedan mehanizam rješavanja problema. Pomislite na ono s čime ste suočeni, a tada se opustite i blago pošaljite energiju ljubavi. Oslobodite se svih negativnosti poput gnjeva i straha; jednostavno odustanite i pustite ih, a potom ih zamijenite riječju *ljubav*.

Nekoliko puta duboko udahnite i jednostavno ponavljajte riječ "ljubav". Tome biste se mogli opirati ako ste suočeni s neugodnom oso-

bom ili s teškim problemom, ali odustanite od otpora. Duboko dišite i taj odnos ili situaciju prepustite brižnom Univerzumu.

Nastavite disati duboko i polako te ponavljati riječ *ljubav*, a tada se pomolite za najbolje rješenje za sve. S vremenom ćete početi osjećati da se vaše emocije mijenjaju, a budete li taj proces ponavljali kad god pomislite na problem, opazit ćete i da se situacija mijenja.

Osobno sam ga mnogo puta izvodila sa zapanjujućim rezultatima. Primjerice, prije nekoliko godina unajmila sam složenu opremu za snimanje, za potrebe seminara koji sam vodila izvan grada. Bila mi je potrebna dva tjedna pa je naknada bila povelika. Nekoliko dana nakon što sam je preuzela, u vrijeme priprema za putovanje, odlučila sam je iskušati da ustanovim funkcionira li.

Na žalost, nije funkcionirala. Kad god bih nešto snimila, na vrpci se čulo samo zujanje pa sam nazvala studio u kojemu sam je unajmila. Rekla sam im što se dogodilo i da ću isti dan vratiti opremu. Voditelj studija Mike rekao mi je da je mogu donijeti, ali da *neću* dobiti povrat novca. Rekao je kako novac vraćaju samo ako se oprema vrati u roku od dvadeset i četiri sata.

Rekla sam mu da je oprema kod mene samo dva dana te upitala mogu li dobiti barem djelomičan povrat, ali je on ostao pri svojem: pravilo je dvadeset i četiri sata i ne namjeravaju ga mijenjati ni zbog kojeg razloga. Nakon pomalo žučljive rasprave rekla sam mu da ću ipak vratiti opremu. On mi je na kraju ponovio: "Možete je donijeti, ali novac nećete dobiti."

Kad sam sjela u automobil, bila sam bijesna jer sam smatrala da je Mike nepošten i krut. Na poslijetku, njegova je oprema bila nefunkcionalna. Ali, kad sam krenula, predomislila sam se. Rekla sam samoj sebi: *Poslat ću malo ljubavi toj situaciji da vidim što će se dogoditi.*

Do studija sam putovala otprilike pola sata i cijelo vrijeme slala ljubav voditelju. Zamišljala sam kako u smjeru studija šaljem naklonost i zahvalnost te ponavljala riječ *ljubav*.

Uza sve to sam duboko disala te osjećala kako se smirujem, polako, ali sigurno. Na pola puta bila sam istinski mirna, spremna prihvatiti što god se dogodi. Nisam namjeravala dopustiti da bilo koji iznos naruši

moj unutarnji mir i spokojstvo mojega srca. Nastavila sam ponavljati riječ *ljubav* uz Mikeovo ime i naziv studija, iako mi sve to više uopće nije bilo važno. Više nisam bila motivirana željom da dobijem novac, već samo željom da unesem sklad u situaciju u kojoj je dvoje ljudi bilo suprotstavljeno.

Kad sam stigla, unijela sam opremu u studio i upitala za Mikea. Sjećam se kako mi je bilo svejedno jer je na završetku našega razgovora bio toliko odlučan. Kad je došao, počeo je pregledavati opremu i upitao me što nije u redu. Nisam mu se suprotstavila, nisam ga napala i nisam pokušala manipulirati njime. Jednostavno sam mu objasnila u čemu je problem i nastavila slati ljubav.

Tada me je pogledao i rekao: "Učinit ću vam ustupak, koji još nisam učinio." Pomislila sam da će mi vratiti mali dio naknade i bila sam vrlo zahvalna. Ali, bilo je mnogo bolje: Mike mi je vratio *cijeli* iznos. I uz to mi je još darovao vrpca za snimanje! Kad je Mike odnio opremu u stražnju prostoriju, čovjek za pultom, koji je slušao naš razgovor, rekao mi je: "To još nije napravio. Ne znam što ste mu rekli i kako ste ga potaknuli da se predomisli."

Rekla sam riječ *ljubav* - ponavljala sam je mentalno i na glas, u njegovu smjeru. To je bila samo jedna od nebrojeno mnogo situacija u kojima je taj proces bio djelotvoran. Primjenjivala sam ga u profesionalnim i osobnim situacijama, kao i u savjetovanju. Jednom sam savjetovala supružnike koji su izluđivali jedno drugo (i mene). On je bio škrt, a ona rastrošna. Rekla sam im kako novcu oboje pridaju preveliku važnost, ali ničime nisam mogla prekinuti njihovu svađu zbog toga pa sam na posljetku odlučila poslati im ljubav. Izgovarala sam i slala ljubav ujutro prije naših seansi putujući na posao i kad god sam pomislila na njih.

Potrajalo je nekoliko tjedana, ali su jednoga dana došli s potpuno drukčijim stavom. Rekli su kako sam bila u pravu kad sam im rekla da bi se trebali sastati na pola puta te svojemu odnosu dati prednost pred novcem. Nakon višemjesečne tvrdoglavosti primili su energiju ljubavi koju sam im slala i na posljetku odlučili pružiti je jedno drugome.





Ljubav unosi mir u nesnošljivost i razrješenje u teškoće. Ljubav je jedna od najmoćnijih namjera i jedan od najblagotvornijih postupaka. Izrecite je, osjetite je i dopustite da bude vaš plemeniti stav. Neka ljubav bude istinski prisutna u vašemu svjesnom životu i uskoro ćete biti svjesniji divne stvarnosti prožete ljubavlju.

Pokušajte to i sami učiniti. Kad se sljedeći put suočite s problemom kojemu nećete vidjeti rješenje, pošaljite mu ljubav. Kad se problem pojavi u odnosu s nekom osobom, pošaljite joj ljubav. Ili čak ako se ne događa ništa osobito, jednostavno zastanite, zatvorite oči te udišite tu riječ i njezinu energiju. Posrijedi nije sladunjava izmišljotina za dobro raspoloženje, već *istinska* energetska moć. Ljubav mijenja vašu svijest i frekvenciju - čak i vašu fiziologiju. Ništa ne može toliko snažno aktivirati vaše srčano središte i pokrenuti vašu emocionalnu energiju. Kad srce i um povežete svrhom ljubavi, rijeka obilja izliti će se pred vaša vrata.

#### AFIRMACIJE ZA ŽIVLJENJE U LJUBAVI

*Živim u svijesti o ljubavi. Sebe i svoj život promatram očima ljubavi.*

*Biram ljubav u svojem stavu prema sebi i drugima.*

*Oslobađam se osuđivanja, kritiziranja i sukobljavanja. Biram mir.*

*Šaljem ljubav svemu što vidim. Mnogo puta dnevno s iskrenom namjerom pomislim, osjetim i izgovorim riječ "ljubav".*

*S radošću tražim mogućnosti da pomognem drugima, da pokažem suosjećanje i da služim na sve moguće načine.*

# PET PRIVLAČNIH ENERGIJA USPJEHA

Uspjeh nije tek slučajna pojava koja se događa malobrojnim srećnicima, već svjesna tvorevina proizašla iz osobnog usklađivanja s univerzalnim zakonima. Ono što se doima kao slučajnost, zapravo je energetska sinkronicitet, proces usklađivanja vaše vibracije s vibracijom univerzalne struje. Ta moćna rijeka neprestano nudi blagoslove, a samo je jedno može odvratiti od vašega smjera - vaša osobna rezonancija.

Ali, glavu gore! Kakva god bila vaša rezonancija do ovoga trenutka, što god ste privlačili, još uvijek se možete prepustiti važnim energijama koje će vam pomoći da svoje osobno energetska polje povežete s čudesno bogatim beskonačnim poljem svih mogućnosti. Ako odlučite svaki dan uvoditi te privlačne sile u svoje srce i u svoj um, postići ćete važan zaokret svijesti i posve drukčiju rezonanciju. Vaše će se predodžbe i vibracije promijeniti. Sebe i svoj život promatrat ćete s uzvišenijim razumijevanjem te se otvoriti za primanje istinski začudnih rezultata.

# ENERGIJA SAMOPOUZDANJA

## *Prva privlačna energija uspjeha*

*"Jednostavnom promjenom samoga sebe možemo potpuno promijeniti svoj život te stavove svih ljudi koji nas okružuju."*

Rudolf Dreikurs

Po pitanju uspjeha, prva i najvažnija privlačna energija jest energija samopouzdanja. Štoviše, nedostatak samopouzdanja jedan je od najvećih razloga neuspjeha - ljudima uspjeh ne izmiče zato jer ga nisu sposobni postići, već zato jer ne vjeruju u vlastitu vrijednost i sposobnosti. Kako doživljavate samoga sebe? Smatrate li da ste vrijedni i sposobni? To je energija samopouzdanja!

Ali, ako ste od onih koji se nikada nisu tako osjećali, ipak se možete promijeniti. Kako god ste se osjećali u prošlosti, i čak bez obzira na rezultate koje ste postizali, u ovom trenutku imate moć stvoriti samopouzdanje koje vam je potrebno. Ne postoji energetska obrazac koji ne možete promijeniti, a ako ste spremni uložiti malo vremena i truda, sve moći razmotrene u drugom dijelu ove knjige možete upotrijebiti za potpunu promjenu svojega viđenja samoga sebe!

Samopouzdanje katkad može biti selektivno. Primjerice, mogli bismo uživati baveći se športom, ali u poslovnom svijetu nismo sigurni u

sebe; mogli bismo biti sigurni u sebe na radnom mjestu, ali se i osjećati potpuno nesposobno po pitanju ljubavnih veza. Međutim, općenito gledano, uglavnom znamo posjedujemo li dovoljno samopouzdanja da bismo bili uspješni.

Što mislite o sebi po tom pitanju? Jeste li sigurni u svoju sposobnost da uspijete ili se borite s oklijevanjem i sumnjom u samoga sebe? Doima se da je samopouzdanje teško dostižna vrijednost koju malobrojni razumiju, a još je manje onih koji je znaju svjesno stvoriti. Ali, kad razmotrite kvantnu mehaniku samopouzdanja, uviđate da nije samo dostižno, već i prijeko potrebno.



Važan izvor vašega samopouzdanja jest vaša predodžba o sebi - predodžba je presudno važna sastavnica stvaranja svijesti. Vaše viđenje samoga sebe neraskidivo je povezano s onime što očekujete od sebe. Ako je vaša predodžba negativna, očekujete da ćete postići slab uspjeh pa je vrlo vjerojatno da će vaša stvarnost ispuniti ta očekivanja. Ali, ako je vaša predodžba o sebi pozitivna i zdrava, očekivat ćete najbolje od sebe, a vaša će svijest stvoriti tu stvarnost. U kontekstu stvaranja svijesti vaše samoopažanje stvara vaše osobne rezultate.

Slijedi primjer. Recimo da vam je u mladosti bilo teško govoriti pred većim brojem ljudi. Na satu govorništva u srednjoj školi proživjeli ste nekoliko poraznih iskustava jer ste tijekom cijelog izlaganja imali tremu i mucali. Zbog toga ste zaključili da ste neuspješni u tom području i očekujete da će ta "istina" vrijediti cijeloga života.

Ako vas netko mnogo godina poslije zamoli da održite govor na radnom mjestu, spontano ćete se prisjetiti svojih poraza i premda više ne mucate pred ljudima, odmah ćete stvoriti neuropeptide koji će odgovarati neugodnim emocijama straha iz prošlosti. To bi dodatno utvrdilo vašu lošu samopredodžbu po tom pitanju.

Zvuči kao začarani krug, zar ne? Neuspjeh prouzrokuje negativnu predodžbu... koja prouzrokuje daljnji neuspjeh. Ali, ne očajavajte;

slijedi dobra vijest. Kvantna mehanika energije i fiziologije i u ovom nam slučaju nudi mogućnost da situaciju promijenimo iznutra. Što god vam se dogodilo u prošlosti, uvijek imate mogućnost pristupiti novoj mreži živaca, stvoriti posve novu predodžbu i izmijeniti svaki osobni problem.

Kako je to moguće? Sjetite se da mozak nije sposoban razlučiti predodžbu doživljaja i živog zamišljanja. Vizualni se korteks samo djelomično oslanja na ono što se vidi. Najveći dio našeg vizualnog doživljaja čine sjećanja na prošle predodžbe i osobne informacije koje stvaraju osobita očekivanja. Ako promijenite prizore svojeg očekivanja, možete promijeniti i vidljivu stvarnost, kao i ono što vaša svijest stvara!

Promjenu opažanja i svijesti primjenjivala sam dok sam radila s klijentom suočenim s fobijom od javnih govora. Tom me je posjetio u svojoj trideset i petoj godini, kad se suočio s dvojbom na radnom mjestu. Prilično je brzo napredovao i očekivalo ga je promaknuće na državnoj razini. Ali, suočio se i s jednim problemom: morat će održavati prezentacije pred brojnim ljudima, a sama pomisao na to ispunjavala ga je panikom.

Uvijek se plašio govoriti pred većim brojem ljudi, ali je uspijevaio voditi male sastanke s pet do deset ljudi. Isprva mu je čak i to bilo teško, ali bi popio lijek i nekako uspio preživjeti sastanak. A tada je trebao govoriti pred stotinama, a s vremenom i pred tisućama ljudi. Sama pomisao na to izazivala je snažne napadaje panike koje lijekovi nisu uspijevali ni ublažiti.

Kad me je posjetio, o svojim je prošlim iskustvima govorio sa stavom beznadne pomirenosti. Smatrao je da sam poludjela kad sam mu rekla: "Tome, promijenit ćemo vašu prošlost." Kad me je upitao kako ćemo to učiniti, odgovorila sam: "Jednostavno - promjenom vaših predodžbi."

Najprije sam ga poučila tehnikama opuštanja te afirmacijama za oslobađanje od prijašnjih zaključaka i predodžbi, koje je primjenjivao kad god su mu se u umu pojavile stare misli. Tada smo počeli stvarati nove predodžbe - i nove, pripadajuće emocije.

Činili smo to u nizu seansi hipnoze, počevši s opuštanjem, a zatim smo vizualizirali novu, uspješnu predodžbu. Primjenjivali smo takozvanu mentalnu desenzibilizaciju, u sklopu koje smo u svakoj seansi pomalo mijenjali predodžbu. Razvijajući prethodnu i dodajući joj nove elemente uspjeha i emocija.

U prvoj smo seansi osmislili prizor u kojemu je Tom stajao u velikoj dvorani. Bio je posve sam; nije bilo publike i nitko nije bio s njim na pozornici. Budući da je dvorana bila prazna, zamišljao je kako govori potpuno samopouzvano, opušteno i čak s užitkom.

U sljedećoj seansi zamislio je samo jednu osobu u publici. Savjetovala sam mu da odabere osobu koja mu pruža podršku i ohrabrenje pa je izabrao svoju suprugu. Ponovno je zamišljao kako govori s lakoćom i entuzijazmom. U njegovoj se mašti njegova supruga smiješila, smijala njegovim šalama i pljeskala njegovu zamišljenom govoru.

Ta smo dva sigurna scenarija ponovili prije no što smo krenuli dalje, ali smo prizoru polako dodavali nove osobe; najprije njegovu djecu, potom prijatelje i druge članove obitelji i na posljetku suradnike koji mu pružaju podršku. Sa svakim ponavljanjem prizora doživljavao je samoga sebe kao uvjerljivog, opuštenog i zanimljivog govornika. Nakon nekoliko seansi Tom je uspio zamisliti kako govori pred dvoranom punom ljudi - i kako uživa u tome!

Te je vježbe vizualizacije izvodio u mojemu uredu, a svaku bi večer slušao snimke seansi. Nakon otprilike šest mjeseci došlo je vrijeme da se okuša i u stvarnoj situaciji. Trebao je govoriti pred otprilike sedam stotina ljudi - sedamdeset puta više od svih sastanaka koje je do tada vodio. Bio je napet, ali i uzbuđen. Smiješio se, opuštao, duboko disao i proživljavao razrađene predodžbe, ali i nove emocije uživanja, ugone i uspjeha. Premda toga nije bio svjestan, koristio je novu mrežu živaca te stvarao potpuno drukčije neuropeptide i potpuno drukčije osjećaje.

Njegova je prezentacija bila iznimno uspješna; bio je opušten i zabavan i čak mu nisu bili potrebni lijekovi koje je uzimao u malim prostorijama za sastanke. Uz promaknuće je dobio veću povišicu i dionice - a otada je znatno napredovao! Danas s lakoćom vodi seminare pred

tisućama ljudi. Njegove nove predodžbe stvorile su novu svijest, novu biokemiju i novu stvarnost.

S kojim god ste problemom suočeni i kakve vas god negativne samopredodžbe proganjaju, *moguće* ih je promijeniti. Vaše predodžbe samoga sebe predstavljaju samo dio vaše prošlosti, a ne vašu istinu ili vašu budućnost. Možda se doimaju točno zato jer su vam poznate, a zbog snažnog emocionalnog sadržaja mogu čak biti neodoljive. Ali, ne podliježite tim zabludama.

Primijenite svoju moć odustajanja kako biste se oslobodili starih ograničenja, a potom primijenite moć izbora i moć svijesti kako biste stvorili nove, snažne samopredodžbe. Sljedeća vježba samopropitivanja pomoći će vam ustanoviti negativne samopredodžbe i osloboditi ih se. Nastavite sve dok ne stvorite nove predodžbe koje će biti izvor vaše nove, uzbudljive i uspješne stvarnosti.

#### PROMJENA SAMOPREDODŽBE

Navedite nekoliko predodžbi o samome sebi, a potom svaku odredite kao negativnu ili pozitivnu, ravnajući se prema osjećajima koje izazivaju u vama. (Primjerice: dobar igrač golfa - pozitivno; predebeo - negativno; ljubazan - pozitivno; alkoholičar - negativno.) Dodajte nove samopredodžbe kojih se sjetite i procijenite ih te za svaku izvedite sljedeće korake:

- Za svaku navedenu negativnu predodžbu zapišite odgovarajući pesimističan zaključak ili vjerovanje. (Primjerice: Predebeo sam i nikada neću omršavjeti. Debeli se ljudi nikome ne sviđaju pa nikada neću istinski uspjeti.)
- Uza svaki zaključak zapišite afirmaciju oslobađanja. (Primjerice: Oslobađam se svake predodžbe ili osude svoje tjelesne težine. Zaslužujem biti prihvaćen takav kakav jesam. Moja nova samopredodžba je zdrava, snažna i privlačna.)
- Zapišite podroban opis svake nove, pozitivne predodžbe, sa živopisnim i sretnim pojedinostima. (Primjerice: Vidim

sebe lijepo odjevenog; izgledam bolje no ikada. Na sebi imam lijepu odjeću i opažam da izgledam vitkije. Uvijek sebe vidim nasmiješenog, sretnog i samopouzdanog.)

- **Vizualizirajte svoje nove predodžbe.** Najprije se opustite dubokim disanjem, a zatim s radošću zamislite sve pojedinosti svoje nove predodžbe. Cijelu je zamislite što vedrije i jasnije. Približite joj se i učinite je uzbudljivom; nastavite se opuštati i duboko disati dok je još više približavate. Nasmiješite se i pridružite predodžbi poticajne emocionalne riječi kao što su *zabavna, lijepa, jaka i ugodna*.
- **Tu pozitivnu predodžbu svaki dan proživljavajte najmanje pet ili deset minuta.** Približite je i osjetite kako vam je sve poznatija. Znajte da ta predodžba predstavlja vašu *istinsku* stvarnost. Nove predodžbe i emocije prožete ljubavlju donijet će vam samopouzdanje, više sreće i uspješnije rezultate u svim područjima života.

Samo *vi* možete odlučiti kako ćete opažati, određivati i zamišljati samoga sebe. Stare zaključke stvorili ste na temelju prošlih iskustava, ali sada možete stvoriti nove. Ovo je drugo vrijeme, nova mogućnost da se potpuno preobrazite. Zakon privlačenja govori da vas svijet može vidjeti upravo onako kako sami vidite sebe; vrijeme je da odustanete od starih samoosuda i odlučite *odmah* razviti dobro mišljenje o sebi.

Poduprite ga pozitivnom promjenom opažanja i samopredodžbe i ostvarit ćete potpun zaokret svijesti. Kad svjesno odlučite doživljavati samoga sebe kao vrijednu, sposobnu i zaslužnu osobu, stvorit ćete blistavu novu stvarnost. U svakom pojedinom trenutku imate mogućnost stvoriti novu sliku samoga sebe, prihvatiti novu predodžbu te odašiljati živu i privlačnu osobnu energiju - stoga birajte samopouzdanje, sada i uvijek. Poštujte sebe svakom mišlju i možete samopouzdanom krenuti prema veličanstvenoj budućnosti.



## AFIRMACIJE ZA KARIZMATIČNO SAMOPOUZDANJE

- *Odabirem bolje misliti o samome sebi. Znam da zaslužujem vlastito poštovanje.*
- *Svaki dan se afirmiram blagim glasom punim ljubavi.*
- *Vjerujem u sebe. Cijenim svoju čestitost i svoju vrijednost.*
- *Volim svoj život i svoju energiju ljubavi prema sebi. Vrijedan sam i osobit takav kakav jesam.*
- *Odabirem vjerovati samo najbolje o sebi. Učim bezuvjetno voljeti i prihvaćati sebe. Posjedujem sve što mi je potrebno da bih stvorio ono što želim.*

# ENERGIJA OPTIMIZMA

## *Druga privlačna energija uspjeha*

*"... shvatite to [ono što želite] kao činjenicu koja već jest  
i vaše je sve što imate pravo poželjeti."*

Robert Collier

Druga važna privlačna energija jest optimizam, stav pozitivne pretpostavke i općeg očekivanja da će sve biti u redu. Tijesno je povezana s temom prethodnoga poglavlja, samopouzdanjem, jer će optimističan čovjek lakše biti samopouzdan, a samopouzdanost je osobi mnogo lakše održavati optimizam. Stoga će vaša odluka da radite na jednoj od tih energija nedvojbeno unaprijediti i drugu.

Optimizam posjeduje osobit naboj, mirno uvjerenje da će vam svijet slati dobro bez obzira na sve što se u ovom trenutku događa. To očekivanje puno nade važan je dio vašeg ustrojstva svijesti jer pozitivna očekivanja stvaraju dinamičnu i kreativnu svijest. Optimističan svjetonazor nadu pretvara u stvarnost te stvara živu, privlačnu energiju koja vam donosi blagoslove Univerzuma.

Pesimisti svoju svijest ispunjavaju zabrinutošću - čak i ako toga uopće nisu svjesni. Strah i negativna očekivanja često ih toliko zaokupe da zaboravljaju kako imaju mogućnost drukčijeg viđenja.

Ali, optimist osvješčuje svoje obrasce zabrinutosti. Opaža kad se otmu njegovu nadzoru te svjesno odlučuje zaustaviti ih. Optimist misli: *Što ako sve završi odlično?* Pesimist se pita: *Što ako sve propadne?*

Proročanstvo se tada samo ispunjava pod utjecajem energije pesimista. Kao i svi mentalni te emocionalni obrasci, vaša rezonancija privlači odgovarajuće vibracije iz Univerzuma. Pesimist razmišlja katastrofično, očekuje najgore, odašilje energije straha i sumnje te neizbježno privlači upravo one rezultate kojih se plašio. Zabrinjavajuće je lako zaplesti se u taj začarani krug. Zabrinutost donosi gubitak, koji rađa još većom tjeskobom. Strah je na taj način nesavladiva prepreka energijama rješenja i uspjeha.



Optimizam donosi pozitivne rezultate podržavajući još veća očekivanja. Vedar stav stvara sreću koja vas nosi kroz život, čak i ako rezultati sporo pristižu. Što god se događalo, istinski optimizam - stav nade i pozitivnog očekivanja - dovodi vas u stanje Struje, čarobno stjecanje osobne namjere i univerzalnog rješenja.

Koji ste od tih stavova skloni prihvaćati? Živate li u strahu ili u struji? Razmotrite sljedeću tablicu kako biste ustanovili jeste li skloniji pesimizmu ili optimizmu.

PESIMIST	OPTIMIST
Najčešće je uplašen i zabrinut.	Općenito je opušten u sadašnjosti i s povjerenjem gleda u budućnost.
Negativan događaj doživljava kao mogućnost nepovratne promjene života.	Razlučuje pojedinačne probleme i doživljava ih kao privremene.
Osjeća se bespomoćnim ako nije sposoban izaći nakraj sa situacijom.	Traži izvediva rješenja i djeluje.
Često je napet, razdražljiv i osjeća se loše.	Spontaniji je i skloniji zabavi.
U pravilu je manje aktivan te podložniji navikama i ovisnostima.	U pravilu je uravnoteženiji, aktivniji i druželjubiviji.
Vanjske ga okolnosti lako dovedu u depresiju, koja se pogoršava sa svakim novim problemom.	Privremeno može biti u depresiji, ali je veća vjerojatnost da će se oporaviti i nastaviti sa životom; odlučuje ostaviti prošlost za sobom.

Očito je da obrasci u drugom stupcu stvaraju smireniju psihologiju, ali je to tek jedan od mnoštva razloga za prihvaćanje toga stava. Istraživanja pokazuju da je u optimističnih ljudi manja vjerojatnost obolijevanja od zaraznih bolesti, a ako i obole, brže se oporavljaju. Osim toga žive duže te rjeđe obolijevaju od teških bolesti. Novije istraživanje provedeno na osamdesetogodišnjacima otkrilo je da je najvažniji čimbenik zdrave dugovječnosti sposobnost oporavljanja od gubitka i poraza te zadržavanja optimističnog pogleda u budućnost.

Uza sve fiziološke i psihološke razloge još je jedan, možda čak uvjerljiviji motiv da postanete optimist: promjena energije i svijesti koju optimizam može donijeti u vaš život. Ne samo što postajete sretniji već i privlačite pozitivnije ljude! Pomoć Univerzuma očituje se i na iznimne te iznenađujuće načine. Od nalaženja pogodnog mjesta za parkiranje

do zapošljavanja na radnom mjestu iz snova, u optimističnom stanju božanske struje mnogo je veća vjerojatnost da ćete privući dobro.

### ***Prevladavanje pesimizma***

Možda vam neće biti lako odlučiti postati optimistom, ali se isplati pokušati. Kao i većinu važnih odluka, tu odluku ne donosite samo jednom, već svaki dan. Međutim, dovoljno je važna -i vrijedna -da biste joj bili svaki dan dosljedni. Koliko god da ste skloni prepustiti se negativnom načinu razmišljanja, morate iskoristiti svaku priliku za izbor novoga pristupa, novog shvaćanja koje vas oslobađa tog mentalnog zatvora.

Ako imate sreću, vaš je sumorni svjetonazor tek prolazan strah vezan uz određeno pitanje na koje ste osjetljivi. Ali, ako ste poput većine pesimista, doslovce možete biti ovisni o procesu negativnog očekivanja. Mnogi ljudi smatraju da će im dovoljna mjera zabrinutosti pomoći izaći nakraj s problemom s kojim bi se mogli suočiti. Ali pripremljenost iziskuje planiranje, a ne strepnju. Energetska je činjenica da *negativno žarište ni u kojoj mjeri ne može osigurati pozitivan ishod*. Stoga pripremite što vam je potrebno, ali uvijek revno poništavajte svaku negativnost.

### ***Dnevnik uspjeha***

Kad god vas svlada zabrinutost, postavite si sljedeća pitanja kako biste se podsjetili na posljedice. U dnevniku često odgovarajte na njih, sve dok ta vježba za vas ne postane spontan mentalni proces.

- Kakve emocije stvara ova negativna misao?
- Rješava li doista bilo koji problem?
- Odražava li ta misao moje samopoštovanje, pojačava li moj osjećaj moći ili mi na bilo koji način pomaže? Ako ne, koji novi zaključak mogu ustanoviti?
- Kakvu energiju stvara ovaj pesimizam? Želim li doista održavati tu vibraciju u svojem životu?
- Kakve će rezultate donijeti takva rezonancija?

Zabrinutost vas ne štiti ni na koji način. Samo pojačava vaš očaj u sadašnjem trenutku i osigurava privlačenje drugih bolnih događaja u budućnosti pa stoga morate gorljivo suzbijati svoje negativne sklonosti. Kad se suočite s teškim problemom ili donesete ciničan zaključak, odvojite malo vremena i pišite o tome.

Pobrojite razloge svoje zabrinutosti, a potom zapišite optimistične zaključke kojima ćete pobiti te pretpostavke. Barem afirmirajte: *Ne moram tome pridavati toliko veliku važnost. Mogu odustati od ove zabrinutosti.* Ili, još bolje, afirmirajte: *Moćan sam. Vjerujem da sam sposoban izaći nakraj s bilo čime. Sve će biti u redu.*

### ***Afirmacijske izjave***

Neki su ljudi skloni obezvrjeđivati primjenu afirmacija, ali kao što ste ustanovili u prethodnim poglavljima, afirmacije su moćno oruđe promjene energije i svijesti. Osobito su korisne za odašiljanje jake privlačne energije jer je proces afirmiranja svjesna namjera izvođenja optimističnijih zaključaka. Njima poništavamo spontano negativno razmišljanje koje je za mnoge postalo način života. Štoviše, ako se niste svjesno upustili u afirmacije, vrlo je vjerojatno da se bavite negativnim mislima.

Zbog toga je presudno važno živjeti afirmativnijim načinom života. Afirmacije vam pružaju mogućnosti, mijenjaju vašu mentalnu i tjelesnu energiju i čak stvaraju nove živčane puteve koji optimizam mogu učiniti spontanijom reakcijom.

Ako ste suočeni s teškim problemom ili osobito destruktivnim vjerovanjem, primjenjujte tehniku afirmacijskog zasićenja. Ispunite se pozitivnim zaključcima koji će promijeniti taj obrazac; ponavljajte svoje afirmacije - čak i nekoliko stotina puta dnevno - sve dok ne osjetite promjenu stava. Što god vam se događalo, uvijek je korisno pogledati u ogledalo i afirmirati: *Cijenim samoga sebe. Volim samoga sebe. Očekujem najbolje. Zaslužujem najbolje danas i uvijek.* Tada pogledajte samoga sebe i recite: *Volim te. Vjerujem u tebe. Zaslužuješ biti sretan.*

Posrijedi nije tek isprazno ponavljanje pozitivnih, ali katkad besmislenih tvrdnji. Istinsko afirmiranje je način života, struja pozi-

tivnih namjera i opažanja koja vas kroz dan nosi u optimističnom raspoloženju. Taj vam stav može pomoći živjeti s poštovanjem i zahvalnošću te odjednom potpuno promijeniti privlačnu energiju.



Afirmacija je početak promjene, početak stvaranja sudbine. Moć svijesti izjavljuje: U početku - svega - jest riječ. Neka bude pozitivna.

Možete svladati i nove optimistične trikove. Učinite što god je potrebno kako biste ušutkali svojeg unutarnjeg neprijatelja, onog "zlog blizanca" koji ne može prihvatiti najbolje. Zastanite i zaokupite se nečime; intervenirajte, oslobodite se i afirmirajte. *Prisilite se* osloboditi sve pesimistične misli tako što ćete ih najprije neutralizirati, a potom ih potpuno prožeti optimizmom. Isključiv odabir pozitivnih pretpostavki s vremenom će vam donijeti beskrajnu struju pozitivnih rezultata.

Kad se pojavi nevolja, suočite se s njom, ali nipošto nemojte dopustiti da vas odredi. Pesimizam *vas* čini vašom najvećom preprekom jer stvarate suprotstavljene misli i sukobljene namjere. Ako žudite za svojim ciljem, ali ste pesimistični po pitanju ishoda, Univerzumu nedvojbeno šaljete proturječne poruke. Optimizam vam omogućuje odlučno, umjesto očajnički, napredovati prema ostvarenju snova. To je stanje usklađenih misli, usmjerenosti i čiste namjere, neodoljiva sila kojoj Univerzum mora odgovoriti. Kad živite optimistično, postićete optimalne rezultate.

## AFIRMACIJE ZA SILAN OPTIMIZAM

- *Što god se događalo, od sada biram samo optimizam.*
- *Opušten sam. Snalažljiv sam. Vjerujem u sebe i u svoju budućnost.*
- *Spontan sam, volim zabavu, sretan sam, aktivan i pun nade.*
- *Što god se dogodilo, odlučno odbijam strahovati. Optimizam je moj novi stav.*
- *Afirmativan sam i optimističan u svemu što činim, mislim i biram. Potvrđujem i uvažavam samoga sebe, svoju vrijednost i svoj život.*



## ENERGIJA SVRHE

### *Treća privlačna energija uspjeha*

*"Svrha je veća od vas. Svrha mijenja ono što jeste  
i ono što vam je suđeno biti!"*

Benjamin Earl Taylor, Jr.

Živate li sa svrhom? Imate li vodeće načelo ili osnovni cilj koji usmjerava vaše izbore i vodi vas naprijed? Ako nemate, mogli biste se truditi, trošiti mnogo vremena i energije na kretanje u različitim smjerovima, ali nikada ne stići na željeno odredište.

Razlika između života *bez* svrhe i života *sa* svrhom nalik je razlici između flipera i kuglanja. Ako nemate svrhu, događaji vas bacaju u raznim smjerovima, zaslijepjeni ste neočekivanim događajima i zaglavite na sporednim slijepim putevima. Vaš je život sličan fliperu; energija vam je raspršena, a rezultati u velikoj mjeri određeni slučajnošću.

Međutim, življenje sa svrhom čini vas uravnoteženim i usredotočenim te vas vodi izravnijim putem. Kao i u kuglanju, vaša energija i vaš život su na izravnom i uskom putu prema vašim ciljevima. Dakako, dok usavršavate svoju energetsku igru, pokoja kugla uvijek može završiti u kanalu, ali će svrhovita rezonancija s vremenom donijeti savršeno bacanje.

Što biste odredili kao svoju najvažniju svrhu? Razmislite o tome, a ako je vaš odgovor vezan uz posao, razmislite malo bolje - to je vaša *profesionalna* svrha. Ako smatrate da je vezana uz vašu obitelj, također razmislite malo bolje jer je to vaša *osobna* svrha.

Vaša osnovna svrha nije vezana ni uz nešto izvan vas, već uz vaš unutarnji život. Put od rođenja do smrti obuhvaća uzvišeniji zadatak koji je potrebno obaviti - važniji od stjecanja velike kuće ili članstva u ladanjskom klubu, vrjedniji od bogatstva i čak od slave. To je jedino što ćete ponijeti sa sobom kad napustite ovaj život; to je vaš osobni i duhovni razvoj.

"Osnovni" znači prvi i najvažniji, a oba se značenja odnose na našu duhovnu svrhu. To je naš prvi motiv za dolazak u ovu stvarnost i najvažniji razlog za ostanak. Jasnoća razumijevanja, ovladavanje sobom i produbljivanje ljubavi sastavnice su razvoja duhovnog jastva, najvažniji smisao našega ljudskog iskustva. Divno je to što te vrline u žarištu vašega života potiču dramatičnu promjenu energije i svijesti i doima se da svi drugi ciljevi zauzimaju svoje mjesto.

Samo *vi* možete odrediti što je vaša duhovna svrha premda je svrha većine ljudi vezana uz ljubav. Bez obzira na to je li posrijedi učenje brižnosti prema sebi i drugima ili produbljivanje zanosa u odnosu s Bogom i Univerzumom, ljubav je naša najveća škola. A kad je upoznamo, moramo je svjesno birati. Tako dolazimo do Zakona širenja utjecaja.

Što se više oslobađamo mržnje i prihvaćamo ljubav, to se pozitivna energija ljubavi više širi u našem svijetu - ne samo za nas, već za sve. Katkad tijekom dana jednostavno biram sljedeću namjeru kao svoju mantru: *Biram ljubav; biram ljubav; biram ljubav*. Ako se kritički pogledam u ogledalo, odustanem od tih misli i kažem: "Biram ljubav." Ako mi netko presječe put dok putujem na posao, odustanem od gnjeva, duboko udahnem i podsjetim se: *Biram ljubav*. Ako se uzrujam zbog nekoga na poslu, pogledam u smjeru te osobe i jednostavno mentalno ponavljam: *Ljubav, ljubav, ljubav*.



Odabir ljubavi kao duhovne svrhe nije tek isprazno *new age* naklapanje. Posrijedi je djelotvoran energetski izbor, proces prelaska s teške, guste zemaljske vibracije na laganu, fluidnu i divno privlačnu vibraciju. Zbog toga svoju duhovnu svrhu ne možete potpuno odvojiti od svoje osobne ili profesionalne svrhe. Što joj pridajete veću važnost u svojem životu, to će vaša rezonancija više blistati na svakom području.

Osobno smatram da sam iznimno sretna jer sam uspjela povezati sve svoje svrhe i raditi ono što volim. Osjećam da je moj osnovni - ili duhovni - razlog dolaska na ovaj svijet doživljavanje božanske ljubavi u najvećoj mogućoj mjeri te njezino širenje u svijetu. Kao spisateljica, predavačica i savjetnica to sam u velikoj mjeri uvela i u svoju profesionalnu svrhu. I, dakako, to je najviši prioritet u mojem osobnom životu, u ulozi supruge i majke. U proteklih nekoliko godina preuzela sam i zadatak zagovaranja posvajanja. To me osobito ispunjava jer moju namjeru ljubavi usmjerava pitanju koje mi je veoma priraslo srcu.

Mnogi ljudi nastoje otkriti svoju svrhu - duhovnu, osobnu ili profesionalnu. Dio problema čini nepoznavanje razlike između svrhe i motivacije. Možda ste motivirani potrebom plaćanja stanarine, ali je li to vaša životna svrha? Ako ste poput većine ljudi, često ste toliko motivirani neposrednim potrebama da one - umjesto svrhe - postaju neodoljive pokretačke sile vašega života.

Ali, da biste se uskladili s energijama univerzalnih zakona, vrlo je važno ustanoviti što je vaša svrha, a potom odlučiti uvažavati je. Najjači i najprivlačniji smisao koji možete uvesti u svoj život jest onaj koji u vama budi strast.

***Strast + svrha = moć***

Uvijek se iznenadim kad ustanovim koliko mnogo ljudi mašta o uspjehu premda zapravo ne znaju u kojem cilju ili aktivnosti žele uspjeti! Mnogi mi ljudi govore da žele zaraditi mnogo novca ili postati

slavni, ali kad ih pitam kako će to učiniti, nemaju pojma. Ali, uspjeh nije moguć ako niste jasno odredili svoju svrhu i svoj cilj. Bez toga polazišta nećete biti usredotočeni dovoljno da biste svoju želju pretvorili u stvarnost.

Velika je razlika između onoga tko sanja i onoga tko djeluje. Sanjar zamišlja kako vozi skup automobil ili putuje na egzotična odredišta, ali zapravo ne zna kako će to ostvariti. Na žalost, sjajni snovi bez svrhe samo stvaraju vakuum aktivnosti i energije u kojemu se ništa ne čini i ne postiže se istinski uspjeh.

U takvoj se situaciji nalaze nebrojeni ljudi, koji životare ogorčeni zbog svojih dosadnih poslova, ali se nadaju da će dobiti na lutriji ili naslijediti bogatstvo. Zavide onima koji imaju ono što oni žele, a taj osjećaj, uz nedostatak svrhe, samo vodi još sumornijoj energiji, kojom zapravo odbijaju upravo ono na čemu zavide drugima.

Onaj tko djeluje, shvaća tu zamku. Za razliku od sanjara on sam određuje cilj kojemu će se posvetiti. On ima san, ali zna što taj san podrazumijeva i spreman je učiniti sve što je potrebno kako bi ga ostvario. Čovjek koji djeluje, zamišlja kako vozi skup automobil ili putuje svijetom, kao i besciljni sanjar, ali te predodžbe gradi na čvrstom temelju osobne svrhe, planiranja, aktivnosti i istinske strasti - a to je akcelerator energije. Što je nastojanje revnije, to je vjerojatnost uspjeha veća.

Dakle, kako pronaći svrhu prožetu strašću? Neki imaju sreću pa u mladoj dobi shvate kojim putem žele ići. Njih vodi unutarnje znanje ili možda prirodna darovitost. Ako ustraju, mogu pronaći karijeru u kojoj će im to donositi i osobne i financijske dobrobiti.

Međutim, iznenađujuće mnogo ljudi svoju profesiju ne odabire svjesno. Na put određene karijere potaknu ih slučajnost ili splet okolnosti. Poznajem mnoge ljude koji su u osamnaestoj godini prihvatili "privremeni" posao, da bi trideset godina poslije bili na istom radnom mjestu. Onima koji doista imaju sreću taj je put donio radost i ispunjenje.

Ali, mnogi nisu takvi sretnici nakon što slučajno "upadnu" u neku profesiju. Možda misle da će je samo iskušati, ali su mnogo godina

poslije još u njoj, istinski zadovoljni ili nezadovoljni. U njoj ostaju jer im je poznata, jer su skloniji odustati od svojih snova kako bi zadržali postojeće stanje. Ali, ta prividna udobnost je zavodljiva. Može vas držati zaglavljenima čak i ako niste sretni - a osobito je primamljiva ako zarađujete dovoljno za preživljavanje. Na žalost, ta kombinacija prihoda i navike može biti zamka.

Ta je zamka strah, koji vaše nade i maštu priklješti poput čeličnih zuba. Uhvati vas kad dovoljno zarađujete obavljajući posao koji ne volite, ali strahujete da biste zarađivali manje ako biste radili ono što volite. *Ironija je u tome što ste spremni odreći se sreće za novac koji će vam, prema vašem mišljenju, donijeti sreću!* Ta financijska "kvaka" ljude može držati zaglavljene godinama, desetljećima ili čak cijeli život. Takvi ljudi misle: *Neću uspjeti ako pokušam nešto novo. Toliko dugo obavljam ovaj posao da je prekasno započeti ispočetka.*

Ali, nikada nije prekasno za nalaženje svrhe koja će raspiriti vašu strast i za bavljenje onime u čemu uživате. Štoviše, istinski uspjeh doslovce nije moguće ostvariti na području koje vam se ne sviđa ili na radnom mjestu kojega se užasavate. Rezonantne frekvencije takvih emocija jednostavno su previše neugodne da bi u vaš život privukle nešto radosno.

S druge strane, strast je katalizator uspjeha jer dodaje element uzbuđenja, najvažniju energiju Zakona čiste želje. Bez žara se ne možete nadati postizanju razine uzbuđenja potrebne za aktiviranje univerzalnih zakona. Ali, energija uzbuđenja poticat će vas na nastava djelovanja te izazvati divan odgovor u energetskim poljima.

## DNEVNIK USPJEHA

Sljedeći savjeti pomoći će vam ustanoviti vašu svrhu te odrediti ciljeve i aktivnosti koji će najvjerojatnije raspiriti vašu osobnu strast. Izvedite sljedeću vježbu u svojem dnevniku te ozbiljno razmislite o svakom pitanju. Sjetite se da su vaša osobna i profesionalna svrha odrazi vaše individualnosti. Osobna i profesionalna svrha trebale bi biti u skladu s vašim zanimanjima i odražavati ono u čemu uživáte.

- Navedite značajke koje vas čine onime što jeste. Uključite osobne sklonosti i aktivnosti kojima se volite baviti. (Primjerice: zanimam se za politiku, volim bejzbol i jahanje.)
- Razmotrite svoj popis te zapišite hobi, cilj ili poslovne aktivnosti koje mogu biti povezane s tim sklonostima. Ako niste sigurni, istražujte.
- Razmotrite odgovore koje ste ispisali. Koja bi od tih srodnih aktivnosti za vas mogla postati profesionalna svrha? Koja će najviše pobuditi vašu strast?

Da biste postigli istinsko zadovoljstvo, vaša bi svrha trebala odražavati vaše osobne vrijednosti. Ako nije u skladu s vašim osnovnim vjerovanjima, neprestano ćete se osjećati neuravnoteženo - a mogli biste se čak osjećati kao da živite u laži. To je pravi otrov za vašu energiju, a u tom stanju nikada ne možete biti istinski sretni. Imajući to na umu, prijedite na sljedeće korake.

- Navedite što najviše cijenite. U redu je navesti novac, ali nije u redu ograničiti popis na tu stavku. Ponešto ste vjerojatno već naveli na dosadašnjim popisima. (Primjerice: druženje s obitelji i prijateljima, aktivnosti u prirodi, vjerske ili duhovne težnje.)
- Koja će vam svrha - osobna ili profesionalna - pomoći dati prioritet tim vrijednostima?
- Kako tu svrhu možete uvesti u svoj svakidašnji život?

Posrijedi su vrlo važna pitanja - koja bi vam čak mogla promijeniti život - pa biste trebali odgovoriti iskreno ako želite stvoriti *istinsko* iskustvo uspjeha u svojem životu. Ova je energija jedna od najprivlačnijih za Zakon čiste želje jer življenje u skladu s osobnom svrhom odašilje vrlo dinamičnu i privlačnu vibraciju. Štoviše, svrha je (uz optimizam) jedna od najvažnijih sastavnica strastvenog života. Ta je kombinacija pokretačka sila procesa privlačenja i osnovni izvor osobnog zadovoljstva.

Ako je vaša svrha usklađena s vašim poslom, možete reći: *To sam ja. To bih trebao raditi.* Ako možete na taj način razmišljati o svojoj karijeri, znate da, na vrlo važan način, već jeste uspješni.

#### AFIRMACIJE ZA MOĆNU SVRHU

- *Moja svrha je život pun sreće i nade.*
- *Svaki dan težim svoj ljubavi, razumijevanju i samospoznaji koju mogu postići.*
- *Živim sa strašću i osobnom moći. Svaki dan djelujem u svoje ime.*
- *Živim usklađeno. Ostajem usredotočen na svoj cilj. Imam svrhu.*
- *Slobodno mogu slijediti svoje srce. Donosim izbore kojima uvažavam svoj duh.*

# ENERGIJA PRISUTNOSTI

## *Četvrti privlačna energija uspjeha*

*"Vječno i uvijek samo je jedan sadašnji trenutak;  
sadašnjost je jedino što nema kraja."*

Erwin Schrödinger

Stara izreka kaže da je današnji dan dar. Možda zvuči kao zgodna, jednostavna izreka, ali je važno razmotriti njezinu energetsku istinu: *S energetskog stajališta u svakom trenutku svojega života stvaramo svoju stvarnost.* Štoviše, po pitanju stvaranja svijesti nemamo drugu mogućnost za to. Zbog toga je svaka sekunda toliko dragocjena, toliko vrijedan dar. Sadašnjost je naša mogućnost. Omogućuje nam izbor novih pristupa koji će promijeniti naše živote. To je čudesno privlačna energija prisutnosti: moć promjene budućnosti. Svaka pojedina sekunda dar je Univerzuma.

Ali, mnoge trenutke jednostavno potratimo. Darovan nam je blagoslov prelijepog zalaska sunca, ali smo mi previše zaokupljeni poslom da bismo ga primijetili. Univerzum nam pruža još jedan dar - možda mogućnost opuštanja - ali smo mi previše zabrinuti da bismo se opustili pa odbacujemo i njega. Jedan trenutak može nam donijeti mogućnost da se zabavimo s prijateljima, ali smo mi previše zaokup-



ljeni poslom i drugim obvezama pa i to odbacujemo. Što biste vi učinili kad biste nekome slali darove koje bi on odbacivao? Dakako, prestali biste slati darove!

Svaki propušteni trenutak je čin odbacivanja, grubo obezvrjeđivanje vlastitog života, a Univerzum odgovara odbacivanjem naših želja. Ali, ako uviđamo vrijednost svakog trenutka, ako opažamo njegovu ljepotu, sklad i obilje, znatno ćemo promijeniti svoju energiju te u budućnosti postizati drukčije rezultate.

Mnogi vrijeme provode negdje drugdje, zabrinuti zbog budućnosti ili zaokupljeni teškim mislima o prošlim teškoćama. Ali, što se događa ako neprestano "preživamo" prošlost ili zamišljamo budućnost? Gubimo potencijalnu moć sadašnjosti. Ako nam um neprestano juri između prošlosti i budućnosti, odgovarajuće mentalno i emocionalno energetsko djelovanje nije moguće.

### *Putnik u sadašnjem trenutku*

Često uopće ne želimo biti u sadašnjem trenutku jednostavno zato jer ga ne smatramo vrijednim naše pune pozornosti. Takav je pristup tek ispunjavanje vremena u čekanju nečega boljeg. Svoj život doživljavamo kao beskrajan niz osrednjih i svjetovnih aktivnosti, s pokojim istinski sretnim ili osobitim događajem. A dok čekamo da dođu ti sretni dani, živimo u dosadi i ne zanima nas što se događa oko nas - ili možda čak živimo u zamjeranju i gnušanju.

To nazivam svjetonazorom čekanja: vjerovanje da svakidašnji život nije razlog za entuzijazam i sreću. Jednostavno čekamo neki osobit, ali previše neuhvatljiv događaj koji će nas privremeno uzdignuti iz potištenosti. Neki ljudi čak nikada i ne pomišljaju da bi mogli biti sretni i u svojoj uobičajenoj svakidašnjici. Oni čekaju i dosađuju se, razdražljivi i ogorčeni.

Na žalost, previše ljudi na taj način pristupa životu. Jednostavno životare dok se ne dogodi nešto bolje. Taj obrazac može u tolikoj mjeri postati utaban životni obrazac da čovjek može dugo - čak desetljećima - život shvaćati isključivo kao opterećenje.

Ne stvara li to očajničku svijest i kakva stvarnost može proizaći iz nje? Ako neprestano odbacujete i obezvrjeđujete važna razdoblja svo-

jega života, zauzvrat ćete dobiti samo omalovažavanje i nepoštovanje. Odbacivanje sadašnjosti doslovce stvara svijest nedostatka po pitanju vašega postojanja!

Morate se zapitati: *Koliko se često osjećam kao da samo ispunjavam vrijeme, kao da živim automatski?* Kojom god ste aktivnošću zaokupljeni, *imate* mogućnost vrjednovati sadašnji trenutak i u njemu stvoriti pozitivnu energiju. U tom se izboru sastaju dvije privlačne vibracije zahvalnosti i prisutnosti te stvaraju sjajan kovitlac energije koji mijenja sve. Taj trenutak nije tek isprazno čekanje nečega, već je samo po sebi pravo odredište - stroj za proizvodnju energije koji čeka da ga pokrenete!



Svaki sadašnji trenutak koji vam donosi novo opažanje, nov svjetonazor, ujedno mijenja vašu proizvodnju energije. A ako izaberete stajalište poštovanja, ljubavi i radosti, taj trenutak odjednom prožimate svim svojim moćima. Što god radi li, možete izabrati opažanje vrijednosti u tom trenutku - čak i ako ste zaokupljeni posve uobičajenom aktivnošću kao što je vožnja na posao ili obavljanje kakvoga kućanskog posla. Taj je trenutak doista osobit - put prema energetskom području i jedini trenutak u kojemu imate upravo tu mogućnost.

Prije mnogo vremena čula sam divnu afirmaciju Louise Hay: *Uporište moći uvijek je u sadašnjem trenutku...* Proučavanje znanosti o energiji i stvaranju svijesti otkriva nepobitnu istinu tih riječi. Prošlost ne nudi rješenja, a budućnost ne nudi izvjesnost. Jedini trenutak u kojemu možete doista ili energetski djelovati jest sadašnji trenutak - pa *nije* uputno ispunjavati vrijeme mračnim mislima o prošlosti ili zabrinjavanjem zbog budućnosti.

Šaljiva izreka kaže: Ako ste jednom nogom u prošlosti, a drugom u budućnosti, po sadašnjosti samo možete mokriti! Zar doista tako želite pristupati svojem uporištu moći? Ako ste usredotočeni na sadašnjost, ne morate brinuti ni o čemu drugome jer, kad sadašnji trenutak ispu-

nite energijom vrjednovanja, optimizma i zahvalnosti, sve ostalo se događa samo po sebi - rješava se na naizgled čudesne načine. Vrijeme je energetski izvor vaše snage pa biste ga trebali shvatiti ozbiljno.

Univerzalni zakoni odgovaraju izravno na vaš stav o vašoj sadašnjosti. Ako ne možete prestati brinuti zbog budućnosti i odmah osjetiti sreću kojoj težite, osigurat ćete si budućnost kakvu očekujete. Stoga prestanite čekati "poseban" događaj da biste uživali. Kvaliteta vaših dana ne proizlazi iz iznimnih aktivnosti, težnje za užicima ili ispunjenja želja. Kvaliteta izvire iznutra, iz vašega stava i iz vaše namjere. Trebali biste biti svjesni onoga što doživljavate i *cijeniti* taj doživljaj.

Sjetite se da vam moć izbora daje nadzor nas vlastitim stavom prema životu - prema sadašnjosti ili bilo čemu drugome. Ako strahujete od budućnosti, afirmirajte da ste sposobni osloboditi se toga straha i odabrati povjerenje. Ako ste zaokupljeni mračnim mislima o prošlosti, oslobodite se i njih i preuzmite svoju moć u ovom trenutku. *Usredotočenost na sadašnji trenutak najviši je izraz povjerenja; radost u sadašnjem trenutku vodi vas do neiscrpnog izvora buduće radosti.*

Činjenica je da sve osim izbora vrjednovanja sadašnjega trenutka na posljetku poništava vrijednost onoga što će doći. Stoga život nemojte potratiti na čekanje, misleći kako ćete uskoro biti sretni, ali odbacivati mogućnost da izaberete sreću u sadašnjem trenutku. Odmah preuzmite nadzor nad svojim namjerama i stavom te stvorite namjeru radosti u sadašnjem trenutku. Svoj um i svoj život usredotočite na vrjednovanje i zahvalnost. Potencijal mira ne odgađajte više ni trenutka.

## DNEVNIK USPJEHA

Da biste ovladali svojom sadašnjom energijom, u dnevniku odgovorite na sljedeća pitanja. Ovu vježbu izvodite često, osobito kad osjetite da situacija izmiče nadzoru.

- Kakvu energiju stvaram u posljednje vrijeme?
- Kakvim se mislima i emocijama bavim u *sadašnjem trenutku*?

- Jesam li sklon uvažavati vrijednost svojih sadašnjih aktivnosti ili ih doživljam kao opterećenje?
- Koje bih energetske posljedice mogao stvoriti na taj način?
- Kakve zaključke mogu donijeti da bih *sada* promijenio svoje viđenje, svoj stav i svoje emocije?
- Što *sada* mogu afirmirati ili cijeniti na sebi ili u svojem iskustvu?

Jeste li spremni učiniti što god je potrebno da biste danas iskusili istinsku zahvalnost i sreću te prestali čekati da vaš život započne u budućnosti - možda u dalekoj budućnosti? *Premda toga možda niste svjesni, ovaj je - sadašnji - trenutak najvažniji u vašemu životu.* Sada je trenutak stvaranja i mogućnosti, energetska sjemenka sve buduće sreće. Ne možete se vratiti i učiniti to u prošlosti, a ne možete ni skočiti naprijed i djelovati u budućnosti. Štoviše, najbolji način da si osigurujete željene sretne emocije jest njihovo doživljavanje u sadašnjem trenutku.

Iskoristite ovaj trenutak za promjenu svoje svijesti, energije, namjere, djelovanja i stava i učiniti ćete sve što možete da biste stvorili sjajnu budućnost. Moć jastva nalazi se u najjednostavnijim trenucima - a svaki vas trenutak određuje. Morate se zapitati: *Što odabirem sada? A sada?* To je savršen - i jedini - trenutak za preuzimanje nadzora. Ne zavaravajte se; vi to i te kako *možete*. Moć već posjedujete pa se predajte sadašnjem trenutku!

#### AFIRMACIJE ZA MOĆNU PRISUTNOST

- *Uvijek nalazim vremena za opažanje istinske vrijednosti u sadašnjem trenutku i mogućnosti u svakoj sadašnjoj aktivnosti.*
- *Ovaj trenutak stvara energetski zamah mogega života. Odabirom učiniti ga važnim!*
- *Tražim radost u sadašnjem trenutku svojega života i nastojim je stvoriti u svemu što činim.*

*Ovo je novi dan - nova mogućnost. U ovom trenutku mogu prihvatiti novi stav.*

*Uživam u sadašnjosti i s povjerenjem gledam u budućnost. Svoj život doživljavam kao pustolovinu koju svaki dan oblikujem.*

*Oslobađam se potrebe da brinem zbog budućnosti ili ponovno proživljavam prošlost. Od sada sam usredotočen samo na sadašnji trenutak.*

# ENERGIJA ZAHVALNOSTI

## *Peta privlačna energija uspjeha*

*"Važan zakon uma govori da povećavamo sve ono što veličamo.  
Cijeli svijet odgovara na veličanje i zahvalnost"*

Charles Fillmore

Četvrta dinamično privlačna energija jedna je od najvrjednijih vibracija u vašem osobnom energetskom polju: zahvalnost. Posrijedi je namjera življenja sa zahvalnošću, svjesno uvažavanje vrijednosti svega što je u nama i svega što nas okružuje, spremnost opažanja svega dobrog što već posjedujemo i želja da s tim stavom doživljavamo cjelokupan život. Ali, da biste doista stvorili tu vibraciju, vaš svakidašnji život mora biti ispunjen sviješću i zahvalnošću u sadašnjem trenutku. To nije tek idealistička uobrazilja, već energetska nužnost jer je zahvalnost izvor istinske radosti.

Činjenica je da bez zahvalnosti ne možete doživjeti radost. Sjetite se trenutaka u kojima ste bili sretni; prisjetite se gdje ste bili, što ste radili i s kim ste bili. Zastanite na trenutak i ponovno proživite te trenutke, dopustite da vam se usne razvuku u osmjech i da se ushit pojavi u vašemu srcu. Prisjećajući se tih trenutaka, zapitajte se: *na čemu sam bio zahvalan u svakoj od tih situacija?*



Neovisno o tome jeste li toga svjesni ili niste, u svakom trenutku u kojemu ste doživjeli sreću, u njezinu je temelju bilo stanje zahvalnosti. Što god je u vama izazvalo uzbuđenje, taj osjećaj znači da ste zahvalni za nešto. Što više osjećate tu rezonanciju, to više stvarate sretan život; prema Zakonu privlačenja u budućnosti ćete privlačiti više onoga za što ćete moći biti zahvalni.

Ta spoznaja doista donosi moć i oslobođenje jer ne morate čekati da sreća započne u nekom neodređenom trenutku daleke budućnosti. Ne morate se oslanjati na veću zaradu, novu ljubav, veću kuću ili bolji posao da biste doživjeli stanje zadovoljstva. Možete odabrati odmah osjetiti zahvalnost. A kad doista odlučite *osjetiti je*, svoj ćete svakidašnji život ispuniti blaženstvom.

Ovo je presudno važna točka u vašemu stvaranju energije i svijesti. Ostvarenju svojih ciljeva možda težite zato jer smatrate da će vas jednom usrećiti, ali s takvim stavom ne možete biti radosni u sadašnjem trenutku. Međutim, ako živite tako da sve promatrate kroz prizmu iskrene zahvalnosti, ne samo što u sadašnjem trenutku stvarate ono čemu težite već i privlačite sve sretnije rezultate u budućnosti.

### ***U kojem ste stanju?***

Ako razmotrimo svoj emocionalni život, opažamo da smo skloni skakati iz jednoga stanja u drugo: danas smo sretni, a sutra nesretni; sad smo uzbuđeni, a začas smo zabrinuti. Vanjske okolnosti lako oblikuju naša iskustva, a većina ljudi osjetljivija je na negativne nego na pozitivne utjecaje. Često se lako uplašimo, a katkad nas uzrujavaju i najmanje sitnice. A li, iz čega proizlaze te varijacije?

Kao što ste ustanovili, svaka emocija sreće je stav zahvalnosti. Suprotno vrijedi za negativne osjećaje: većina njih proizlazi iz svojevrsnog nezadovoljstva. Kojom se mentalnom aktivnošću više bavite: nastojte li svjesno uživati u sadašnjem trenutku i uvažavati ono što već imate? Ili opažate samo ono što nedostaje u vašemu životu? Ako

opažate ono što nedostaje, morate znati da vaš stav utječe i na vašu svijest i na energiju te samo održava nezadovoljstvo koje već osjećate.

Neki ljudi žive u stalnom stanju nezadovoljstva. Neprestano su mrzovoljni, žale se na ono što nije u redu i usredotočeni su na ono što im nedostaje. Doima se da nikada nisu zadovoljni, a njihova energija, na žalost, potvrđuje tu žalosnu činjenicu. *Univerzalni zakoni po tom su pitanju nepokolebljivi: ono na što ste usredotočeni, povećava se u vašemu životu. Ako ste neprestano usredotočeni na ono što vam nedostaje, manjak može zavladatai vašim životom.*

Odluka usredotočenja na ono što nedostaje jest izbor opsjednutosti problemom umjesto rješenjem. Time onemogućujete uspostavljanje svijesti o uspjehu i umjesto toga sve promatrate kroz prizmu prikraćenosti. Sjetite se sastavnica svoje svijesti: prva je opažanje. Opažanje nedostatka stvara neuropeptide koji odgovaraju emocijama beznađa te sve više potiču cikluse stvaranja negativne svijesti.

Sljedeća sastavnica je mašta. Predodžba nedostatka jest predodžba praznine, vizija mračne praznine koja u vama budi osjećaje potrebitosti, nestrpljivosti i straha te vas zapliće u teške sile Zakona paradoksalne namjere.

I, na posljetku, razmotrite kakva su vaša očekivanja ako ste sve skloni opažati kroz doživljaj oskudice. Ako to doživljavate, tada to i očekujete - te, dakako, dobivate.

Neki ljudi svoje opće nezadovoljstvo kanaliziraju kroz određene probleme. Primjerice, mnogo mojih klijenata nikada nije bilo zadovoljno svojom tjelesnom težinom. Jedna mi je otkrila da sve u svojem životu - svako iskustvo, odnos i nastojanje - tumači kroz taj problem. U četrdesetoj je godini rekla: "Sjećam se kako sam bila na savršenom, divnom tropskom ljetovanju, ali si nikada nisam dopustila da budem sretna jer sam smatrala da u kupaćem kostimu izgledam užasno."

Žalila je zbog svih ugodnih trenutaka koje je propustila zbog nezadovoljstva vlastitim izgledom. Vjerovala je da je najveći dio života izgubila kanalizirajući svoja iskustva kroz to nezadovoljstvo. Premda je tada bila starija i teža no prije, zavjetovala se da joj nezadovoljstvo zbog tjelesne težine više neće onemogućavati doživljaj istinske sreće.



Zanimljivo je da je nakon svjesne i dosljedne promjene mentalnog žarišta počela mršavjeti mnogo lakše no ikada u prošlosti. Zakon paradoksalne namjere pokazao se na djelu: kad se oslobodila opsjednutosti tjelesnom težinom, omršavjela je s radošću i lakoćom. I premda nije postala "mršavica", što je oduvijek željela biti, napokon je doživjela radost koju si do tada nije dopuštala zbog nezadovoljstva izgledom.

Drugi su usredotočeni na novac i stjecanje. Koliko god zarađivali, doima se da im nikada nije dovoljno. Možda voze lijep automobil, ali za njih nije dovoljno skup; možda žive u lijepoj kući, ali za njih nije dovoljno velika. Pa ipak, sve dok ne odluče biti zadovoljni onime što imaju, neće privući dovoljno da bi doista bili sretni.

Na žalost, mnogi ljudi imaju pretjerano pojačan osjećaj potrebe: dobiju ono što žele, a tada žele još. Postali smo vrlo bogata kultura, ali umjesto da bogatstvo pojača našu zahvalnost, doima se da samo održava naše žudnje. Naše nezadovoljstvo raste razmjerno stjecanju!

Ta mi je spoznaja postala dramatično jasna kad sam otputovala u Rusiju kako bih posvojila svoje dvoje djece. Ondje je razina zahvalnosti visoka jednostavno zbog toga jer je razina posjedovanja vrlo niska. Nije neuobičajeno da dvije ili čak tri obitelji dijele mali stan. Nemaju ni prostora ni novca za gomilanje stvari pa su zahvalni za ono malo što imaju, a tenisice i traperice smatraju se dragocjenom imovinom.

Kad je agentica za posvajanje iz Sankt Peterburga doputovala u Sjedinjene Američke Države, bila je zapanjena veličinom svega - kuća, vozila, ormara i garderobe. Osobito su je zapanjile porcije u našim restoranima. Jednom mi je rekla kako bi porcija koja se u našim restoranima poslužuje jednoj osobi bila dovoljna večera za njihovu tročlanu obitelj.

### *Nezadovoljni ste?*

Zašto smo sve manje zahvalni iako posjedujemo sve više? U ovom našem divno bogatom društvu toliko smo izloženi mnoštvu stvari da postajemo neosjetljivi na istinske vrijednosti u našim životima pa nam je potrebno sve više, sve jači podražaji. To je poput svakidašnjeg uzimanja droge: s vremenom razvijete toleranciju pa vam je za posti-

zanje željenog učinka potrebno sve više. Ali, to nije jedini izvor naše žudnje.

Neki smatraju da moraju biti opsjednuti onime što im nedostaje jer smatraju da će ih negativno žarište prisiliti na nalaženje rješenja. Neprestano razmišljaju, analiziraju i prosuđuju je li nešto ili netko dovoljno vrijedan. Ali, izbor kritiziranja umjesto promatranja stvara grubu energiju, spremnost na nezadovoljstvo - ili čak uzrujanost, ogorčenost i gnjev. To su posljedice raskoraka uma i srca.

Analiza i prosuđivanje su funkcije uma, koji procjenjuje vrijednost, dok srce doživljava. Um traži probleme, a srce nalazi rješenja. Štoviše, kad razmotrimo svoje stanje nezadovoljstva, opažamo da smo *sami* najveće prepreke vlastitoj sreći. Što god nam se dogodilo, izvor našega najvećeg očaja jest ono što se događa u nama - u našim umovima i mislima, u našim težnjama i nastojanjima.

Možda zvuči pojednostavljeno, ali što bi se dogodilo kad bismo jednostavno prestali analizirati i brinuti - kad bismo *jednostavno prestali biti nezadovoljni*? Naša potreba za nadmetanjem pretvorila bi se u suosjećanje, a opsjednutost stjecanjem u zahvalnost. Naša bi se energija - i naša povezanost s Univerzumom - preusmjerila s ogorčenog otpora prema voljnoj prijemljivosti.

Svijest življenja iz srca presudno je važna za stvaranje čudesne sudbine. Primijenite svoju moć odustajanja kako biste se oslobodili nezadovoljstva i ovladajte svojom moći izbora kako biste njegovali zahvalnost. Cijeloga života i duboko u sebi tražite ono za što možete biti zahvalni. Uz dosljednu i svjesnu zahvalnost nećete opaziti samo dramatične promjene u svojoj svakidašnjoj sreći, već i velike promjene u dugoročnim životnim rezultatima.

## DNEVNIK USPJEHA

Da bih vam olakšala taj proces, preporučujem vam vođenje dnevnika zahvalnosti i uvažavanja. Za tu svrhu možete imati posebnu bilježnicu ili o zahvalnosti možete pisati u svoj dnevnik uspjeha.

Svake večeri prije spavanja zabilježite ponešto od onoga za što ste toga dana bili zahvalni. Obuhvatite velike stvari za koje možete biti

zahvalni, ali opazite i male darove života kao što su miris proljetnog jorgovana, ptičji pjev u ljetno jutro ili blistanje netom napadalog snijega na mjesecini. To nije tek klišej-upozorenje da valja uživati u malim životnim radostima. To je dio stvaranja vaše svijesti i energije, a vaša spremnost da uvažavate i uživate čak i u jednostavnim stvarima privući će veliko obilje radosti.

Zahvalnost ne ograničavajte na vanjski svijet. Svaki dan zapišite nekoliko svojih značajki koje uvažavate i cijenite. Taj proces pojačava energiju samopouzdanja te vas potiče doživljavati *sebe* kao osobu koja zaslužuje ohrabrenje. Osim toga, na taj način nastaje rezonancija samopoštovanja, kojom ćete privući poštovanje i zahvalnost drugih.

Omiljene stvari iz svojega dnevnika zahvalnosti možete ispisati u obliku popisa, koji ćete pročitati kad god vam u potištenosti bude potrebno nešto što će vam popraviti raspoloženje ili kad vam um za glavi i kad osjetite potrebu da svijest usmjerite srcu. Mnogo toga lijepog, dirljivog, uzbudljivog ili duboko emocionalnog može pobuditi zahvalnost. Ali, kad se izgubimo u stresu svakidašnjeg života, zaboravljamo sve na čemu možemo biti zahvalni i usredotočujemo se na negativno - a tada nam popis može biti koristan. Uporabite ga da bi se podsjetili na sve za što možete biti zahvalni.

Osobno često čitam svoje bilješke zahvalnosti. Kad mi postane preteško, pročitam ih kako bih se podsjetila na sve divno što sam u životu doživjela. Neke od tih bilješki su smiješne pričice o mojoj djeci i nećaku, a neke su prelijepa sjećanja na daleka putovanja, skijanja, planinarenja i rafting na brzim vodama.

Sjećam se kako sam jednom naišla na teškoće s klijentom u teškoj depresiji. Naše me je usklađivanje - ili povezivanje energija - doista dotuklo i znala sam da se moram osloboditi tog energetskeg utjecaja te ući u svijest usredotočenu u srcu. Uzela sam svoj popis zahvalnosti i čim sam pregledala njegov sadržaj, osjećala sam se sretnije. Ali, ipak sam potražila nešto posebno, što će me razveseliti.

Pronašla sam pričicu o svojem nećaku u vrijeme kad su mu bile samo tri godine. Kad sam ga jednoga dana posjetila, igrao se dječjim alatom na malom radnom stolu. Upitala sam ga: "Danas si graditelj?"

"Da", odgovorio je i nastavio se igrati. A tada je ostavio svoj mali čekić i dotrčao k meni. Skočio mi je u krilo, čvrsto me zagrlio i uskliknuo: "Volim te više od *svih* svojih alata!"

Ta me je pričica nasmijala i potpuno preusmjerila moje žarište sa zabrinutosti zbog očajnoga klijenta prema osjećajima sreće koji su već bili u mojem srcu. Taj jednostavan čin polučio je dramatične rezultate te trenutnu emocionalnu i energetsku promjenu.

Svoju vještinu zahvalnosti možete usavršiti pomoću tehnike koju nazivam: "Stani, odustani i prihvati". Kad god ste potišteni zbog nečega, *stanite*, odnosno prestanite raditi ono što ste radili. Postanite svjesni svojih misli, a potom *odustanite* od negativnosti - i bez obzira na to je li posrijedi zabrinutost, osuđivanje ili nezadovoljstvo, recite: "Mogu odustati od toga" i jednostavno odustanite! Tada - gdje god jeste i što god činite - odmah *prihoatite* stav zahvalnosti. Pronađite nešto u svojem okruženju za što sada možete biti zahvalni.

Ako u sadašnjem trenutku ne nalazite ništa, sjetite se nečega pozitivnog sa svojega popisa, a ako vam to nije dovoljno, izvedite proces usredotočenja na srce opisan u nastavku. Što ćete više vježbati, to ćete lakše izvoditi tu zapanjuću promjenu energije - čak i u teškim trenucima.

### USREDOTOČENJE NA SRCE

Kad vas svlada zabrinutost zbog nečega ili ako ste uzrujani i nezadovoljni, primijenite moć izbora da biste svoju svijest preusmjerili s tjeskobe uma prema miru srca. Duboko udahnite, zatvorite oči i opustite mišiće. Vizualizirajte kako se vaš problem podiže i udaljava se, lebdeći poput oblaka na obzorju. Ponovno duboko udahnite, a pri izdisanju osjetite kako se energija vašeg uma smiruje; osjetite kako se vaša svijest polako spušta u vaše srce. Opustite se, oslobađajte se svih zabrinutosti i usredotočite se na svoju srž.

Tada, i dalje opušteni, pomislite na nešto što vas usređuje, zbog čega ste zahvalni. Zamislite sretno sjećanje, osobu koju volite ili prelijepo mjesto koje ste posjetili. Vizualizirajte sve pojedinosti i uđite u središte te predodžbe. Približite je, učinite je živom i uzbudljivom, uronite u tu sretnu situaciju.

Osjetite radost i nasmiješite se. Duboko ste opušteni, sretni i smireni. To je stanje zahvalnosti, topao osjećaj zahvalnog prihvaćanja. Ostanite u njemu. Znajte da je njegov najviši oblik ljubav prema vlastitom životu, a kad se vratite svakidašnjim aktivnostima, odlučite nalaziti radost i mir u svemu što činite.

Radosna zahvalnost toliko je važna energija da njezinu važnost nije moguće preglasiti. Donosi spokojstvo u odustajanje od težnje i omogućuje vam uživati u onome što već imate - te otvoriti srce za primanje još većih blagoslova. Svaki trenutak proveden u toj rezonanciji stvara iznimno privlačnu vibraciju i moćnu kreativnu svijest. To je, uz samopoštovanje, jedan od pristupa koji vam mogu najviše promijeniti život!

Vaš će život vrijediti mnogo više kad ga odlučite cijeniti. Kad postanete svjesni kvalitete svojih dana, učinit ćete ih vrjednijima. A izbor doživljavanja radosti u sadašnjem trenutku znači da će vaša radosna energija privući više radosti u budućnosti.

#### AFIRMACIJE ZA BESKRAJNU ZAHVALNOST

- *Imam mnogo toga na čemu mogu biti zahvalan! Kad pogledam oko sebe, osjetim zadovoljstvo.*
- *Živim u radosnoj zahvalnosti. Cijeneći svoj život, privlačim još više onoga što ću moći cijeniti.*
- *Iz dana u dan sve više cijenim svoj život i samoga sebe. Zaslužujem cijeniti samoga sebe.*
- *Uvijek preuzimam odgovornost za svoju sreću. Svaki dan nalazim mnogo divota koje me čine sretnim.*
- *Odabirem pojačati svoju usredotočenost na zahvalnost i samouvažavanje. Sve sam svjesniji svega za što mogu biti zahvalan i svaki dan nalazim vremena da to potvrdim.*

## ČETIRI KORAKA DO USPJEHA

Svi univerzalni zakoni privlačnosti vrlo su stvarni utjecaji u vašemu životu, ali nije dovoljno da se usredotočite na vidove svoje kreativnosti vezane uz energiju i svijest. Ostvarenje željenih ciljeva iziskuje ozbiljno planiranje i stvarno djelovanje. Većina ljudi tom dijelu procesa pridaje najveću pozornost, ali ga često pogrješno shvaćaju. To je praktična strana težnje uspjehu, koja iziskuje duboku jasnoću namjere kao i nepokolebljivu iskrenost i samosvijest.

Organizacija vašega procesa iziskuje objektivan pristup; morate biti sposobni jasno razmišljati i o željenom ishodu i o načinu na koji ćete ga postići. Premda je mnogo toga što možete učiniti da biste ubrzali svoj napredak i poboljšali rezultate, četiri su koraka koje neizostavno morate učiniti kako biste stigli na odredište svojeg uspjeha. Ta četiri koraka govore o planiranju, pripremi i posvećenosti, a za put uspjeha toliko su važni da bez njih nije moguće doseći istinsko postignuće. Da biste postali ono što želite postati, vaš cilj mora biti utkan u tkanje vašega svakidašnjeg života. Mora postati vaša svrha i prioritet, vječno prisutna strast koja vas tjera naprijed.

# POSVETITE SE SVOJEMU CILJU

## *Prvi korak prema uspjehu*

*"Za uspjeh ništa nije toliko potrebno kao potpuna usmjerenost cilju:*

Fred Smith, utemeljitelj korporacije FedEx

Da bi uspjeh bio stvaran, mora postati dio vašeg života. Nije dovoljno maštati o njemu kao o snu daleko u budućnosti - priželjkivanom događaju koji bi se jednoga dana mogao dogoditi. Ako želite napredovati, morate se svjesno posvetiti tome. Ako mu ne posvećujete dovoljno pozornosti, vaša će namjera biti isprazna. U tom stanju vaša namjera ne može biti dovoljno snažna sila svijesti da bi postala stvarnost.

To je uvjet Zakona očitovanja - ako želite stvoriti nešto stvarno u svojem životu, najprije to morate utvrditi u svojoj svijesti. Vaša svjesna namjera je spona sa stvaralačkom energijom Univerzuma, kanal od misli do stvarnosti. Ako niste dosljedno i svjesno usredotočeni na svoj cilj, vaše će namjere posrtati i lutati u raznim smjerovima, što znatno otežava postizanje onoga što najviše želite.

Visoko usredotočena stvaralačka svijest mora posjedovati sljedeće tri sastavnice da bi postigla očitovanje uspjeha:

1. **Živa predodžba i emocionalni doživljaj željenog ishoda.** Morate biti sposobni jasno vidjeti rezultate i morate biti sposobni potpuno se uživjeti u tu predodžbu te u sve pripadajuće emocije.
2. **Jasno razumijevanje specifičnog procesa potrebnog za napredovanje prema cilju.** Morate točno znati što iziskuje ostvarenje vašega cilja.
3. **Potpuna spremnost za posvećenost procesu i cilju - što god to značilo u smislu vremena, truda, usredotočenosti i prioriteta.** Takva posvećenost je odlučno davanje prednosti snovima pred navikama, zabavom, strahovima, ovisnostima i čak trenutnim zadovoljenjem.

Život zna preuzeti kormilo pa često potpuno istisne naše ciljeve. Svakidašnje obveze, ali i navike te užici, lako nam odvrate pozornost. Gotovo sve u našoj dnevnoj rutini može postati kolotečina: od vremena ustajanja i jela do aktivnosti nakon radnog vremena i načina provođenja slobodnog vremena. S vremenom ti obrasci zavladaju našim životima, a mnogi se toliko utvrde da čak i ne razmišljamo o njima.

Na taj način lako možemo zaglaviti u rutini, a ako rutina nije od početka obuhvaćala naš cilj, moglo bi biti teško uvesti ga. To može biti točno čak i ako imamo mnogo slobodnog vremena jer se navikavamo na obrasce uživanja. Mislimo da su nam potrebni kako bismo izdržali, ali ih možda koristimo za izbjegavanje zahtjeva svojih ciljeva i želja.

Primjerice, imala sam prijatelja koji je želio pokrenuti savjetodavnu tvrtku. Na poslu je bio pod jakim stresom, ali ga nije želio ostaviti dok ne pokrene svoj novi posao. Imao je naviku popiti nekoliko piva nakon radnog vremena, a zatim kupiti hranu, pojesti je pred televizorom i zaspati na kauču.

Budući da je živio sam, to se nije doimalo kao problem - sve dok nije poželio profesionalno napredovati. Znao je da bi slobodne večeri trebao iskoristiti za postavljanje temelja svoje nove tvrtke, ali je toliko zaglavio u obrascu aktivnosti nakon radnog vremena da se nije mogao pokrenuti. Neprestano je sâm sebi govorio: *Počet ću sutra*, ali je svaki novi dan bio isti.



Kad me je posjetio kako bismo razgovarali o tome, savjetovala sam mu razmisliti o tome što mu je doista važno te sastaviti detaljan popis razloga za djelovanje prema ostvarenju cilja. Sastavili smo i raspored koji ga je polako izvukao iz njegove rutine. Postupno je prestao odlaziti u kafić i to je vrijeme posvetio planiranju.

Njegov je entuzijizam polako jačao pa je svojemu cilju s lakoćom posvećivao sve više vremena. Dopustio si je jednu večer u tjednu slijediti staru rutinu, ali s vremenom je izgubio želju za time. Pokrenuo je vlastitu tvrtku i danas uživa u svojem poslu. Vrlo je uspješan, ali je morao odustati od duboko ukorijenjenih navika da bi to postigao.

Svoje navike i ovisnosti često koristimo kao načine bijega. Motivirani dosadom, stresom, gnjevom ili depresijom, upuštamo se u aktivnosti poput konzumiranja hrane i alkohola ili gledanja televizora kako bismo se udaljili od svojih raspoloženja i misli. S vremenom smo tim privremeno zadovoljavajućim aktivnostima koje nam odvrću pažnju skloni pridružiti vrlo krute obrasce. Možemo jesti pred televizorom, piti nakon radnog vremena ili pušiti u automobilu, iz dana u dan i iz godine u godinu, sve dok sila te navike ne postane motiv za njezino održavanje.

Imala sam prijatelja koji je povremenu zdjelicu sladoleda prije spavanja pretvorio u svakidašnju ovisnost, koju je godinama održavao. To je platio gubitkom vremena koje je mogao korisno uporabiti i udebljao se petnaest kilograma! Ljudi se mogu toliko čvrsto vezati uz svoje svakidašnje obrasce da im je neugodno - ili se čak uzrujaju - ako ih moraju promijeniti. Njihove navike ne upravljaju njihovim životima, već njima, stvarajući zastoj energije i svijesti, koji je krajnje poguban za proces istinskog postignuća.

U tu zamku upadamo zato jer svoje svakidašnje postupke ne doživljavamo kao svjesne izbore s vrlo stvarnim posljedicama. Lako je upasti u kolotečinu i teško je izaći iz nje - osobito po pitanju navika i slabosti. Ali, upamtite da imamo moć izbora. U svakom trenutku svakoga dana imamo neospornu moć nad svojim odlukama.

Jednom sam čula zgodnu priču o gradiću u zabačenom dijelu sjeverne Aljaske. Zima ondje traje gotovo devet mjeseci u godini, a tri ljetna mjeseca vrlo su kišna. Od toga do drugog, još zabačenijeg

gradića vodi jedan jedini poljski put, koji je ljeti veoma blatnjav, a u blatu nastaju duboki tragovi kotača. Ti se tragovi zimi zamrznu i pretvore u duboke kanale, što znatno otežava vožnju. Na početku toga puta stoji upozorenje: "Pazite koji ćete trag izabrati jer ćete u njemu ostati sljedećih 60 kilometara."

Ne bi li bilo divno da je nas netko na taj način upozorio na kolotečine u koje upadamo? "Pazite koju ćete naviku izabrati jer ćete u njoj ostati sljedećih šezdeset godina!" Bilo bi doista lako i jednostavno nastaviti s time što činite, dopuštajući da vas vode ponašanja na koja ste navikli. Ali, zaglavljenost u starim obrascima ima važne energetske posljedice - a na posljetku ćete platiti cijenu ako ne odustanete i ne izaberete posvećenost cilju.



Težnja ostvarenju važnog cilja često iziskuje velik trud, a uspjeh iziskuje još više! Iziskuje više vremena, više posvećene usredotočenosti i veću želju da vam vaša svrha bude prioritet. Morate svjesno primijeniti svoju moć izbora i uvesti svoj cilj u svakidašnje navike. Tada će vaši postupci i prioriteti postati spontani dio vašega života i vaše prirode. To je istinska posvećenost.

Bez obzira na to je li vam cilj omršavjeti, naslikati remek-djelo, pokrenuti vlastiti posao ili postati milijunaš, to se neće dogoditi ako niste svjesno posvećeni cilju i ako cilj ne postane vaš prioritet u svakidašnjem životu. Stoga je vrijeme da doista ozbiljno razmotrite svoju posvećenost. Je li vam taj cilj doista stalan prioritet u životu? Ako nije, jeste li voljni platiti cijenu vremena i truda te se žrtvovati koliko je potrebno?

#### DNEVNIK USPJEHA

Jeste li posvećeni uspjehu? Odgovorite na sljedeća pitanja kako biste ustanovili posjedujete li ono što je potrebno za uspjeh - što znači istinsku predanost cilju. Odgovore zabilježite u dnevnik i povremeno ih ponovno procijenite kako biste ustanovili jeste li i dalje na pravom putu.

1. Što biste trebali učiniti da biste ostali dosljedno posvećeni ostvarenju svojega cilja? Što biste trebali redovito činiti?
2. Čega biste se možda morali odreći - ili barem promijeniti na neki način - da biste ostali posvećeni svojem snu? Navedite navike koje čine prepreke i objasnite što morate poduzeti da biste ih promijenili.
3. Kako biste taj prioritet uskladili s drugim važnim stvarima u svojem životu? Osmislite plan raspoređivanja vremena na sve svoje prioritete.

Vaša je posvećenost zapravo obećanje samome sebi i vlastitoj budućnosti. Energetske posljedice odbacivanja ovoga važnog dijela vašega života mogu biti vrlo teške jer na taj način šaljete poruku da vam uspjeh zapravo nije važan. Univerzum će primiti tu poruku i odgovoriti u skladu s njom. Ali, ako odlučite postaviti svoj cilj za prioritet u svojem životu i ako razvijete entuzijazam prema njegovu konačnom ostvarenju, vaša će strast privući potporu iz vaše okoline. Stoga ustrajte u posvećenosti - na svakom koraku svojega puta.

#### AFIRMACIJE ZA ISTINSKU POSVEĆENOST

- *Namjeravam uspjeti. Moji su mi ciljevi svakidašnji prioriteti.*
- *Moj se cilj već oblikuje u energetske području. Jasno ga vidim; već sada ga stvaram u svojoj svijesti.*
- *Voljan sam posvetiti se procesu te mu posvetiti vrijeme i trud koji moj cilj iziskuje.*
- *Stvaram ravnotežu u svojem životu. Svoje ciljeve sa zadovoljstvom uvodim u svoju svakidašnju rutinu.*
- *S radošću ostvarujem svoj cilj - koliko god dugo trajalo.*

## SASTAVITE PODROBAN PLAN

### *Drugi korak prema uspjehu*

*"Da biste ostvarili uspjeh o kakvom sanjate, morate ga svaki dan živjeti. Uspjeh se ostvaruje samo malim, opetovanim koracima - korak po korak, dan po dan"*

Sharon Anne Klingler, spisateljica

Sastavljanje podrobnog plana može se doimati kao logičan dio, ali iznenađujuće mnogo ljudi taj važan korak prepušta slučaju. Možda imaju neodređenu predodžbu o tome kako bi mogli pristupiti svom cilju, ali često ne idu dalje od toga. Takav opušten stav samo potiče odugovlačenje i razmišljanje o budućnosti, a oboje usporava ili čak potpuno onemogućuje ostvarenje željenih rezultata.



Podroban plan djelovanja vodi vas naprijed, daje vam smjernice i utemeljuje žarište vaše svjesne energije. Prema zakonu očitovanja sve najprije postoji u svijesti, a ako želite da pojedinosti vaše želje postoje i u stvarnosti, *morate* ih čvrsto utemeljiti u svojoj svjesnoj aktivnosti da bi se bilo što drugo moglo dogoditi. Vaš plan djelovanja je vaš mentalni zemljovid koji pokazuje put prema željenom odredištu - slijedite ga!

Imala sam klijenticu po imenu Roxanne, koja je osjećala da je njezin tajnički posao guši. Bila je vrlo sklona umjetnosti, ali nije znala kako bi uporabila svoje darovitosti pa je u slobodno vrijeme iskušavala različite aktivnosti. Jedan tjedan bila je usredotočena na pisanje, a drugi tjedan na slikanje. Potom se okušala i u izradi nakita, lončarstvu i fotografiji.

Roxanne je znala da želi ostaviti svoj posao, ali je bila razapeta između mnogih mogućnosti. Ustanovila je da je prilično uspješna u svemu što je pokušala, što ju je još više zbunilo. Energija joj je bila previše rascjepkana da bi mogla osmisliti plan pa smo razmotrile njezine mogućnosti.

Najprije smo ustanovile u čemu najviše uživa - što je bila izrada nakita. Potom smo osmislile točno određen cilj i plan koji joj je pomogao održati usredotočenost na tu aktivnost. Prijavila se za sudjelovanje na sajmu rukotvorina, koji se za nekoliko mjeseci održavao nedaleko od njezina doma i znala je da mora izraditi izložbene primjerke. To je bilo uzbudljivo pa je večeri i vikende provodila stvarajući lijepe, nosive umjetnine. Njezini neuobičajeni dizajni izazvali su veliko zanimanje te se prijavila za sudjelovanje na još nekoliko sajмова. S vremenom je prodajom nakita počela zarađivati onoliko koliko je zarađivala tajničkim poslom pa se mogla potpuno posvetiti svojoj umjetnosti.

Roxanne je morala objektivno sagledati svoje mogućnosti. Morala je obuzdati svoju raspršenu energiju, a potom stvoriti plan djelovanja. Kad je to učinila, postala je motivirana i usredotočena - a namjera dosljednosti donijela joj je željene rezultate. Bez obzira na to pokrećete li vlastiti posao ili organizirate zabavu, izvediv plan je odskočna daska prema uspjehu.

Sljedeće temeljne smjernice pomoći će vam sastaviti plan i stvoriti jasnu, svjesnu namjeru.

- 1. Jasno odredite svoj cilj.** Kao što je zemljovid malokad koristan ako ne znate gdje vam je odredište, u smjeru uspjeha ne možete krenuti ako nemate jasnu predodžbu željenog cilja. Morate dobro razmisliti o tome što želite i kako ćete to ostvariti. Korisno je zapisati *sve* mogućnosti pa u razmatranju

slušajte i intuiciju i zdrav razum. Jasno odredite što želite te razmotrite svoje darovitosti i način života. Nastojte jasno vidjeti sve pojedinosti željenog ishoda. Bez jasno određenog cilja ne možete sastaviti ostvariv plan. Ne zaboravite odabrati put koji u vama budi strast. Što više volite ono što radite, to se vaše energije bolje usklađuju s moćima univerzalnih zakona. To je put prema sinkronicitetu, onomu čarobnom mjestu na kojemu se namjera sastaje s ostvarenjem. Univerzum će poduprijeti vaš izbor cilja koji proizlazi iz samopoštovanja i predstavlja vaše iskrene želje.

- 2. Ustanovite što je točno potrebno za ostvarenje vašega cilja.** Svaki proces planiranja mora obuhvaćati razdoblje istraživanja. Možda znate što je općenito potrebno napraviti da biste stigli na željeno odredište, ali nastojte doći do podrobnih informacija koje ćete uvrstiti u svoj plan. Razgovarajte s ljudima iz izabranoga područja te, ako je moguće, pokušajte naći osobu koja je spremna biti vaš mentor te vam pružati razborite savjete. Mnogo istražujte. Primjerice, ako želite postati odvjetnik, kirurg ili psiholog, morate ustanoviti koji vam je stupanj izobrazbe potreban i koji ih koledži nude. Morat ćete ustanoviti i što je potrebno za upis te kolika je cijena. Ako želite otvoriti prodavaonicu, morat ćete odlučiti koje proizvode želite prodavati te gdje ih možete nabaviti u veleprodaji. Trebali biste pronaći moguće lokacije te istražiti povijest maloprodaje i obrasce trošenja u tom području. Svaki cilj iziskuje pripremu bez obzira na to je li posrijedi izobrazba, iskustvo ili početni kapital. Ustanovite što ostvarenje vašega cilja obuhvaća kako na putu ne biste prečesto nailazili na iznenađenja.
- 3. Zapišite podroban plan djelovanja.** Kad ustanovite što će biti potrebno za ostvarenje vašega sna, trebali biste odrediti sve korake kako bi vam bili logični. Načinite općeniti plan svojega željenog ishoda po pitanju dugoročnih, kratkoročnih i trenutnih koraka koje morate učiniti. Vaš dugoročni cilj

je konačan ishod koji želite ostvariti. Kratkoročni su ciljevi važni koraci koji vas vode prema konačnom cilju, a trenutni su zadaci oni koje morate svaki dan obavljati da biste napredovali.

Primjerice, dok radim na knjizi, moj željeni ishod je dovršena, uređena inačica. Moj dugoročni cilj je dovršen rukopis, kratkoročno moram dovršiti poglavlja, a moj trenutni zadatak jest pisati, pisati i pisati. Kad radim s rokom, čak nastojim izračunati koliko moram svaki dan napraviti da bih projekt dovršila na vrijeme.

Pri određivanju roka morate biti realni. Ostvarenje nekih koraka moglo bi potrajati duže no što pretpostavljate ili biste ih mogli brzo obaviti, ali *neke* postupke morate obavljati na svakom koraku. Zapišite te pojedinosti i uvedite ih u svoje svakidašnje namjere. Razrađen plan spriječit će raspršivanje vašega žarišta pa ćete svoje djelovanje moći uskladiti sa svojom namjerom, što je sljedeći neizostavan korak prema uspjehu.

#### AFIRMACIJE ZA PLODOTVORAN PLAN

- *Voljan sam postaviti temelje potrebne za ostvarenje mogega željenog cilja - koliko god to bilo zahtjevno.*
- *Poznajem svoj cilj i znam da mogu stvoriti izvediv plan na kojemu mogu svaki dan raditi.*
- *Postavljam si dugoročne, kratkoročne i trenutne ciljeve. Usredotočen sam, ali prilagodljiv.*  
*Kreativan sam i izdržljiv. Otvoren sam za sve mogućnosti i obilje koje mi Univerzum nudi.*
- *Univerzum podupire moje planove i namjere uspjeha.*

## DJELUJTE SVAKI DAN

### *Treći korak prema uspjehu*

*"Svaki naš postupak govori o našoj svrsi."*

Leo Buscaglia

Plan bez djelovanja puko je sanjarenje. Na ovom mjestu počinje pravi rad, a pozitivna energija koju ćete na taj način stvoriti bit će najveći akcelerator prema vašemu željenom cilju. Bez obzira na to na kojem se dijelu svojega puta nalazite, na samom početku ili nadomak cilju, danas biste trebali učiniti barem nešto kako biste se približili svom odredištu.

To znači da morate biti spremni *aktivno* sudjelovati u svakom dijelu procesa. Jeste li spremni učiniti što god bude potrebno? Jeste li spremni predano raditi - bez obzira na to je li posrijedi kreativan, administrativan, prodavački, upraviteljski ili mukotrpan posao - te učiniti sve drugo što bi vaš cilj mogao tražiti od vas? Ako niste spremni potruditi se, niste spremni doživjeti uspjeh.

Zbog toga je toliko važno dobro razmisliti o cijelom procesu ostvarenja cilja. Neki su ljudi vrlo uspješni kad prime smjernice, ali ne uspijevaju se sami motivirati, dok su drugi vrlo kreativni, ali nesposobni po pitanju marketinga - osobito ako moraju prodavati sebe. A



mnogi su pojedinci sposobni inicijatori, ali nisu dovoljno dosljedni da bi ostvarivali svoj plan. Ali, svi stadiji ostvarenja vašega cilja iziskuju djelovanje. Neke ćete zadatke možda moći prepustiti drugima, ali ste u konačnici *sami* odgovorni za ostvarenje svojega sna.

Jednom sam gledala intervju sa spisateljicom Jackie Collins, koja za sobom ima dugogodišnji uspjeh. Novinar ju je upitao što kaže na one koji govore: "Ljubavni romani su sitnica. Svatko ga može napisati." Ona je odgovorila: "Neka ga napišu!"

Lako je reći da je nešto lako ako to ne radite; teže je djelovati i obaviti posao. Možete govoriti o svemu što ste sposobni učiniti - ili čak o onome što biste željeli učiniti - ali ako to ne *učinite*, tada su to samo isprazne riječi. Stoga prestanite hvaliti svoje planove i počnite dosljedno djelovati prema ostvarenju svojega cilja. Ali, da bi vam potrebno vrijeme i trud bili prioriteta, vaš vam cilj mora biti važan - barem onoliko koliko su vam važne druge vremenski zahtjevne obveze vašega života.

Ljudi često pogrešno poistovjećuju pitanja važnosti i hitnosti. Ako je nešto potrebno učiniti odmah, smatraju to važnijim od onoga što se može odgoditi. Opterećenost mnogim zadacima koje je potrebno obaviti (čak i najobičnijim kućanskim poslovima) može pobuditi osjećaj hitnosti i čak neodgodivosti - što, na žalost, može biti pogrešno protumačeno. Možda je potrebno oprati posuđe i rublje, ali jesu li ti poslovi doista važniji od rada na vašemu cilju?

Ako dopustite da vam sve manje važne životne obveze postanu prioritet, nikada nećete odvojiti dovoljno vremena za dosljedan rad na onome što je doista važno. Mogli biste se od jutra do večeri baviti svakidašnjim obvezama, čak i ne pomislivši na svoj cilj. A ako tome dodate i beskonačno mnoštvo aktivnosti koje vam odvrćaju pozornost i zatupljuju um, svoj san možete potpuno izgubiti iz vida.



Imajte na umu univerzalne zakone! Današnje djelovanje (ili nedjelovanje) je energetski uzrok. Budući da svako nastojanje širi vašu namjeru u energetskom području, ni jedno djelovanje prema os-

tvarenju cilja ne biste smjeli shvaćati kao traćenje vremena. Sve što činite odašilje vašu vibraciju i usmjerava vaše stvaranje svijesti pa stoga *postupite drukčije* - učinite nešto smisleno - odmah.

Vrijeme je da uspostavite ravnotežu u svojem životu i odredite svoje prioritete na način koji će odražavati ono što vam je *doista* važno. Ako je vaš san vrijedan ostvarivanja, vrijedan je svakidašnjeg djelovanja! Čak i ako imate dugoročan cilj koji se doima vrlo daleko, ne odgađajte pripremu. Već danas poduzmite nešto. Čak i ako smatrate da ste obavili najveći dio posla, nemojte stati. Možda ipak možete učiniti nešto čime ćete se približiti cilju.

### SAVJETI ZA DJELOVANJE

Često čitajte sljedeće smjernice i napredujte sve dok ne ostvarite svoj konačni cilj.

- **Jasno odredite što je potrebno obaviti na svakom koraku ostvarenja plana.** U okviru dugoročnog roka stvorite jasno određene namjere za svaki trenutni i kratkoročan cilj.
- **Sastavite popis svih razloga zbog kojih želite da se vaša želja ostvari.** Zapišite sve divote koje će ostvarenje cilja donijeti u vaš život. Kad osjetite da vas napušta entuzijizam prema poslu koji morate obaviti, pročitajte svoj popis. Tako ćete obnoviti svoju energiju i odlučnost.
- **Uvedite svojevršno djelovanje u svoj svakidašnji raspored.** Ako možete, pokušajte mu svaki dan posvetiti isto vrijeme, kad znate da ćete biti usredotočeni isključivo na svoj cilj, ali imajte na umu svoje osobne energetske obrasce. Ako znate da vam energija poslijepodne ili na večer oslabi, svoje najvažnije zadatke ne planirajte u tom razdoblju.
- **Dnevni plan djelovanja razmotrite barem jednom tjedno.** Procijenite ga po obavljanju svakog zadatka i budite prilagodljivi. Uzmite si više vremena kad vam je potrebno, ali ako koji

kratkoročan cilj ostvarite prije no što ste očekivali, prijedite na ostvarivanje sljedećega.

**Sastavite ljestvicu prioriteta.** Nosite je sa sobom i dopunjujte je ako dođete na kakvu novu zamisao. Precrtajte sve ostvarene prioritete.

**Kad se suočite s preprekama ili smetnjama, pročitajte svoje osobne namjere - sve.** Sjećate li se namjera uspjeha koje ste zapisali na početku svojega dnevnika? Pročitajte ih kad osjetite potrebu za raspirivanjem motivacije. Ako ih još niste zapisali, učinite to sada. Namjere će vam pomoći usredotočiti svijest na vaš dugoročni cilj.

**Svakog jutra odvojite vrijeme za vizualizaciju današnjeg djelovanja.** Podrobno zamislite kada ćete i gdje učiniti ono što je potrebno učiniti te zamislite kako uživate u toj aktivnosti. Na kraju dana vizualizirajte sretno obavljanje zadataka koji su pred vama.

**Često zamišljajte željene konačne rezultate te dopustite da vas ta predodžba potakne na još marljivije djelovanje i gorljivu namjeru.** Neka predodžba cilja bude u središtu vašega života. Osjećajte je, žudite za njom i uzbudite se zbog nje! Afirmirajte da već privlačite željeni ishod. Tako ćete svoje djelovanje uskladiti s dinamičnim silama univerzalne namjere te ubrzati postizanje uspjeha.

## AFIRMACIJE ZA USPJEŠNO DJELOVANJE

- *Današnje djelovanje stvara sutrašnje rezultate. Odabirem djelovati odmah.*
- *Spreman sam učiniti što god je potrebno da bih ostvario svoj cilj.*
- *Moj je cilj dovoljno važan da bih svaki dan radio na njemu. Djelovanje pretvara moje želje u stvarnost.*
- *Svakoga jutra vizualiziram što ću učiniti toga dana. Zamišljam to i postavljam kao prioritet.*
- *Uvijek sam strpljiv i ustrajan. Svaki dan djelujem u smjeru svojih ciljeva. Znam da se moji snovi i želje već oblikuju u energskom području.*

# ODUSTANITE OD VEZANOSTI, ALI NASTAVITE DJELOVATI

## *Četvrti korak prema uspjehu*

*"Oslobodite se vezanosti uz poznato, zakoračite u nepoznato  
i ući ćete u polje svih mogućnosti"*

Deepak Chopra

Ovaj je korak nekim ljudima najteže shvatiti jer se silno vežu uz svoje ciljeve. Često smatraju da će ih to motivirati na ustrajnost te strahuju da će odustajanje od vezanosti dovesti do odustajanja od cilja, ali je istina upravo suprotna. Što više potrebitosti vežete uz svoj cilj, to će vas očaj činiti jadnijim, osujećujući vaš uspjeh i gušeći motivaciju za ustrajanje.

Ustrajno djelovanje započinje stavom, a ne vezanošću: jeste li odlučni ili očajni? Odlučnost je pristup *smirenog, ali neprekidnog djelovanja*. Omogućuje vam usredotočiti energiju na plodno stvaranje umjesto emocionalnog nemira. Takva je rezonancija uravnotežena, izvjesna i usredotočena - i donosi rezultate!

S druge strane, očaj vas odvraća od usredotočenog djelovanja te usmjerava emocionalnom reagiranju. Uvodi vas u stanje straha i tjeskobe,

u svijest koja onemogućuje djelovanje i kreativnost. Takvo beskrajno uzrujavanje crpi vašu energiju te iziskuje još više truda. A ako u energetsko područje šaljete vibraciju očaja, njome možete stvoriti samo takvu stvarnost. Stoga, koliko god se to doimalo teškim, morate odustati od osjećaja očaja.

Misli poput *Ne mogu biti sretan bez ovoga* ili *Nikada neću uspjeti bez onoga* u vama samo bude očaj te odašilju vrlo ružne signale čežnje i potrebe. Takve misli potpuno uništavaju vašu energiju prisutnosti jer navode na zaključak da sada ne možete biti sretni ili uspješni. Tom ćete vibracijom samo odbiti svoje žudnje, a negativni rezultati vodit će vas u još dublji očaj. Vaš strah da ne možete biti sretni postat će ispunjeno proročanstvo.



Morate odustati od nestrpljivosti i osloboditi se svih misli koje vaš potencijal za sreću vežu uz postignuće bilo čega vanjskoga. Oslobodite se očaja tako što ćete svoj cilj odrediti kao nešto što oplemenjuje, a ne upotpunjuje, vaš život. Budite strpljivi i vjerujte u božanske rokove. Ostvarenje svoje želje privući ćete ako se pouzdate, prepustite i odaberete svaki dan stvarati radost.

### ***Vaša dnevna doza vitamina E***

Vaš uspjeh iziskuje veliku predanost jer da biste stigli onamo kamo želite stići, morat ćete održavati visoku razinu energije, koja će ubrzati plodna razdoblja i poticati vas kad usporite. Visoku razinu energije možete održavati dnevnom dozom entuzijazma, koji nazivam "vitamin E". Takav je stav pogonska sila vaše namjere; motivira vas i ohrabruje, ali ju je potrebno svaki dan obnavljati. A obnavljamo je afirmiranjem svojih vjerovanja i vizualiziranjem postignutih ciljeva. Nasmiješite se i osjetite kako entuzijazam struji kroz vas. Taj postupak nije tek besmisleno sanjarenje jer stimulira kemijske procese u mozgu i usmjerava stvaranje svijesti. Ali, vaš stav entuzijazma ne bi trebao biti ograničen

na cilj. Na taj biste način trebali pristupati svojem svakidašnjem životu i svemu što morate učiniti da biste ostvarili svoj cilj.

To je problem za moju prijateljicu, koja je oduvijek željela napisati slavan američki roman. Iznimno je domišljata, rječita, urbana i lako sebe može zamisliti kao autoricu bestselera koja gostuje u televizijskim emisijama i zadivljuje svojom iznimnom literarnom darovitošću. U svemu tome samo je jedan problem: ona mrzi pisati!

Zbog nedostatka samodiscipline ili jednostavno zato što je taj proces ne zanima dovoljno, nikada nije uspjela napisati ništa opsežnije ili važnije. Još uvijek govori o romanu koji ima u memoriji svojega računala, ali dok ne osjeti istinski entuzijazam za svaki korak puta, neće ostvariti taj san.

Ključ održavanja aktivnosti, ali i nevezanosti jest: osjetite entuzijazam za sam proces! Možda ste ushićeni predodžbom svojeg uspješnog ishoda, ali možete li isto uzbuđenje osjetiti dok obavljate ono što vas vodi ostvarenju cilja? Ako zamišljate kako pobjeđujete na maratonu, možete li zamisliti i kako trenirate iz sata u sat, iz dana u dan, prekoračujući prag iscrpljenosti i boli? Ako možete zamisliti promaknuće na položaj potpredsjednika, jeste li spremni raditi prekovremeno te prihvaćati rizike koje bi se drugi plašili prihvatiti? Ako sanjate o ulozi u popularnoj televizijskoj seriji, jeste li spremni učiti i odlaziti na audicije sa stotinama drugih nadobudnih, moliti za ponovni poziv, ali i prihvatiti odbijanje?

Ako se doista možete zamisliti u svim teškim zadacima koje proces obuhvaća, možete li načiniti korak dalje? Možete li zamisliti da *uživite* u tom radu i obavljate ga zbog čistog užitka? Drugim riječima, biste li prema njemu osjećali entuzijazam čak i ako vas na cilju ne bi čekali slava ili bogatstvo? To je Zakon čiste želje. Kad vas zaokupi sâm proces, svaki dan ga prožimate svojom životnom energijom. Zamislite kako s radošću radite na ostvarenju svojega cilja, a *zatim* zamislite i sretan ishod. Održavajte te predodžbe u svojem srcu i umu te im dopustite da vas vode.

Sljedeći savjeti pomoći će vam napustiti smjer očaja te krenuti prema veselom i aktivnom ostvarivanju uspjeha.

- **Isključite sve negativne misli.** Kad god se zateknete u neugodnom energetsom stanju, promijenite postaju svojeg mentalnog radija. Zamislite kako pretražujete svoje misli dok ne pronađete onu koja odjekuje višom vibracijom povjerenja i odlučnosti. Odustanite od svih drugih jer negativno razmišljanje nikada neće dati pozitivne rezultate.
- **Prekinite sve negativne emocije.** Ako se osjećate potišteno, svoje misli možete potpuno zaobići svjesnom namjerom drukčije emocije. Ovaj put tražite drugu postaju na svojem emocionalnom radiju. Tražite predodžbe, sjećanja i pozitivna očekivanja koja povezujete sa sretnijim stanjem. Dišite, smiješite se i preusmjerite svoje žarište odabirući unutarnji mir umjesto zabrinutosti i sumnje.
- **Opazite vrijednost u svojem procesu.** Što god radili - bez obzira na to pohađate li tečaj ili radite prekovremeno - svoj put prema uspjehu nipošto nemojte doživljavati kao teret. Budite spremni posvetiti se procesu radi procesa samoga. Tražite užitak i radost u svemu što bi moglo biti potrebno za ostvarenje vašega cilja.
- **Nekoliko puta dnevno afirmirajte sebe, svoju budućnost i svoju vrijednost.** Potvrdite svoju snalažljivost, svoje vrline i sposobnosti i uvijek znajte da zaslužujete najbolje.
- **Svim svojim postupcima i odlukama održavajte čast i dostojanstvo.** Što god se dogodi, ovo vodeće načelo nikada ne gubite iz vida. Uspjeh koji platite dostojanstvom nije postignuće, već golem osobni neuspjeh.
- **Radite na svojem samopouzdanju.** Ne možete biti sretni, aktivni ili uspješni ako neprestano kritizirate sami sebe pa stoga odbacite sumnju i kritiziranje. Vjerujte u sebe i u svoju



sposobnost ostvarenja vlastitih snova - i odlučite nastaviti djelovati sve dok ih ne ostvarite.

- **Počnite opažati sve ono u čemu već jeste uspješni.** Čestitajte samome sebi na vrijednosti koju ste stvorili u svojem životu - i na darovima koje dajete svijetu. Neka vaš najveći uspjeh bude ovladavanje vlastitom energijom i sviješću. Tada će uslijediti sva druga postignuća.
- **Naučite *ne* biti nezadovoljni.** Ljubav prema sebi i optimizam mentalni su temelji istinske radosti. Ako ne uspijevate biti sretni, razmotrite svoje osjećaje prema sebi i svoj općeniti svjetonazor. Odlučite osloboditi se misli koje vas čine očajnim.
- **Više se smijte i smiješite, čak i ako vam nije do toga.** Smiješite se svaki dan i zamišljajte ostvarenje svojih želja. Ta kombinacija radosti i vizualizacije mijenja vašu kemiju, svijest, energiju i rezultate!
- **Budite osoba kakva želite postati - odmah!** Kako biste se osjećali kad bi vam se ostvarili svi snovi? Biste li bili radosniji, veseliji i puni ljubavi? Odaberite biti sve to i više od toga, od danas.

Vaša osobna energija pali svjetlost vaše istine kako bi je cijeli svijet vidio. Vibracija vaše unutarnje svjetlosti stvara istinsku predodžbu koju odašiljete svijetu. Ako osjećate da ste pomućeni razočaranjem ili nestrpljivim očajanjem, vrijeme je da promijenite sve to i doslovce preuzmete nadzor.

Svoju energiju oživite entuzijazmom, a namjeru prožmite iskrama svrhe i odlučnog djelovanja. U svakoj prilici mijenjajte svoj smjer s nedostatka prema posjedovanju, s pesimizma prema optimizmu i sa sumnje prema vjeri u sebe. Svaka odluka o promjeni tih vibracija stvara još jedan pozitivan impuls te u svijet odašilje blještaviju zraku, ubrzavajući vaš uspjeh nevezanim entuzijazmom i radošću. Kad istinski radosnom nastojanju pridružite predodžbu uspješnoga postignuća, vaša će namjera biti nepokolebljiva, vaša energija blještava, a vaše djelovanje plodonosno!

## AFIRMACIJE ZA NEVEZANO DJELOVANJE

- *Svakoga dana djelujem smireno, ali neprekidno. Ostajem odlučan, smiren i usmjeren.*
- *Odustajem od nestrpljivosti i živim sa strpljenjem. Djelujem sa smirenim uvjerenjem.*
- *Svoj cilj ostvarujem otvoreno i prijemljivo. Uvijek sam spreman primiti.*
- *U svaki se postupak upuštam zbog njega samoga. Vidim svrhu u procesu.*
- *Uživam u nastojanju bez obzira na ishod. Živim radosno.*

# TRINEVIDLJIVA POMOĆNIKA NA PUTU PREMA USPJEHU

Neosporno je da je energija osnovna sastavnica ustrojstva Univerzuma. U nama i oko nas struje nebrojene nevidljive sile, utječući na naš doživljaj samoga života. Ali, uz vibracijske sile koje smo već razmotrili, postoje i tri nevidljiva pomagača koji prebivaju isključivo u energetskom području. To su vibracije duha, a njihova je energija toliko moćna da bi zanemarivanje njihove pomoći bilo velika pogreška.

Duhovna energija struji kroz čitav svijet. Štoviše, to je najdinamičnija sila prirodnog i nadnaravnog svijeta - a njezina je moć neograničena. Svjesno povezivanje s tom nepojmljivom moći najvažnije je što možemo učiniti u svojem životu, ali mu mnogi posvećuju vrlo malo pozornosti. Čak i duhovni dio vlastitog identiteta lako odbacujemo - uglavnom zato jer se ne doima važnim poput naših tjelesnih ili materijalnih potreba. Toliko smo zaokupljeni zarađivanjem kako bismo bili sretni, da zanemarujemo jedan od najdubljih izvora zadovoljstva koji nam je na raspolaganju!

Svijet duha prepun je silne radosti i neiscrpnih izvora. Njegova je energija lokalna i nelokalna, pojedinačna i univerzalna, prisutna i beskonačna. Svako biće - uključujući vas - ima specifičan identitet, ali

ga ipak nije moguće razdvojiti od bilo kojeg drugog pojedinca, pa čak ni od izvora i struje sveg stvaranja.

Sve su to vrlo magloviti pojmovi, ali ih je prijeko potrebno uzeti u obzir jer je ta duhovna vibracija izvor "čarolije". Kad se povežete s tom nadmoćnom univerzalnom silom, pripajate se na izvor svega čudesnoga. U radosti te blistave povezanosti stvarate čuda te uvidate da i sami jeste čudo! Štoviše, nezemaljska i materijalna područja nepojmljivo su čudesna, a kad vibrirate na razini duha, vaše vibracije otvaraju vaš život za sve lijepo, obilno i radosno.

## VAŠE VIŠE JASTVO

*Prvi nevidljivi pomagač na putu prema uspjehu*

*"Izvor je neiscrpan. Nema mu granica; neprestano se širi,  
neprestano je obilan... Odbacivanje sumnje je odluka  
ponovnom povezivanju s vašim izvornim jastvom"*

Dr. Wayne W. Dyer

Duhovni svijet pruža nam divne energije koje imaju najuzvišenije namjere i moć da nam pomognu u ostvarenju naših ciljeva - a najbliži i najprisniji među tim pomagačima jeste vi sami! To je vaša duša ili vaše više jastvo. (Nije "više" zato jer lebdi nad vama ili zato jer je bolje od ostatka vas, već se tako naziva zato jer vibrira na višoj frekvenciji nego tjelesno jastvo.) Uspostavljate povezanost s Božanskom prisutnošću i s velikim bogatstvom koje ona može donijeti vašoj duši, a na taj način pristupate i svim informacijama, moći i izvorima koji će vam ikada biti potrebni.



Vaše duhovno jastvo zna da je njegova bit neograničena i vječna, kao i njegovo postojanje. Svjesno je da njegovo očitovanje ne završava njegovim životom, koji je tek prolazan šapat misli u dugom

i veličanstvenom putovanju postojanja. Uviđanje te istine donosi snažan osjećaj smirenosti i sigurnosti u svakidašnji život, osjećaj koji prekoračuje vaše opažanje ograničenog vremena i ograničenih mogućnosti. Vaš vas duh otvara beskonačnoj i neograničenoj stvarnosti prisutnoj čak i u sadašnjem trenutku.

Bez tog vječnog određenja vrijeme je vaš neprijatelj. Mogli biste postati očajni, napeti i skloni nadziranju - a strah bi mogao biti osnovna pogonska struja vašega života. Ta energija vaša osobna nastojanja prožima nestrpljivošću, a nestrpljivost osujećuje sreću kojoj težite. Ali, prihvaćanje vlastite bezvremenosti iz korijena mijenja vaše ljudsko iskustvo straha te povezuje širi, smireniji pristup svemu - uključujući vaše ciljeve.

### *Višejastvo, više moći*

Vaše više jastvo zapravo bolje od vas zna što vam je potrebno. Ono posjeduje sva rješenja koja tražite, kao i pristup širokim poljima informacija kad god poželite. Sposobno je i za svaku vrlinu koja će vam ikada biti potrebna, ali se morate otvoriti za primanje njegove moći. Ako sumnjate, zamolite ga za povjerenje i smirenost koja proizlazi iz oslobađanja od zabrinutosti. Ako ne znate što biste izabrali, zamolite svoje više jastvo za mudrost i znanje o tome što vam je činiti - te za hrabrost da to i učinite.

Svaka vam je osobna značajka dostupna putem tih vibracija. Vaše duhovno jastvo obuhvaća značajke kao što su samopouzdanje, mudrost, hrabrost, odlučnost, ljubav i nada. Čak i ako osjećate da neke od njih još niste iskusili, vaša vječna duša ih je iskusila. I spremna je pružiti ih vama kad god vam zatrebaju - u bilo kojoj situaciji, u bilo kojem trenutku.

Da biste u svoje tjelesno i mentalno iskustvo donijeli bilo koju značajku, opustite se i vizualizirajte kako prelijepa svjetlost sja iz vašega srca. Opazite sjaj i osjetite toplinu te divne svjetlosti. Znajte da je taj sjaj vaše istinsko, više jastvo koje vam može dati svaku željenu značajku. Bez obzira na to želite li sklad, suosjećanje, ustrajnost, discipliniranost, smirenost, svrhu, dostojanstvo ili bilo što drugo, imenujte tu značajku i zazovite je iz svoje vječne srži. Jednostavno izgovorite tu riječ, duboko dišite, opustite se i osjećajte kako vas ta energija ispunjava.

Odmah pokušajte sljedeće: duboko udahnite, pročistite se dahom, i recite "Samopouzdanje". Zazovite taj osjećaj duboko iz svojega srca i duše. Ponovno udahnite, opustite se u tom osjećaju te usredotočeni na njega nastavite ponavljati riječ koja određuje tu divnu značajku. Osjetite kako vibrira u vašemu srcu i umu. Osjetite kako u vama jača energija samopouzdanja, kako vas ispunjava, uzdiže i čini snažnim, uvjerenim i slobodnim.

Izvedite taj postupak sa svakom vrlinom koju želite iskusiti. Opustite se, ponavljajte riječ značajke koju želite i proživljavajte je - uskoro će potpuno biti dio vas.

Uz ovu jednostavnu tehniku, možete uporabiti i divnu afirmaciju koju poučava moj prijatelj iz Lily Dalea u New Yorku, istinski nadahnjujući savjetnik i predavač. Tom Cratsley na svojim seminarima polaznike potiče proniknuti u veličanstvene moći duše putem afirmacija koje započinju izrazom *Otvaram se sposobnosti svojega duha...* Polaznici je dovršavaju svojom specifičnom namjerom promjene, iscjeljenja ili primanja - što god im je u tom trenutku potrebno.

To je dinamičan način povezivanja s vlastitom unutarnjom snagom. Što god morali učiniti, možete primijeniti tu namjeru da biste to postigli. Opustite se i duboko dišite, a tada se usredotočite na svoje srce i osjetite kako u njemu jača vaša moć. Pritom imajte na umu pitanje s kojim ste suočeni i afirmirajte svoje specifično duhovno žarište.

Ovaj pristup primijenite za sve što vam je potrebno. Primjerice, mogli biste afirmirati: *Otvaram se sposobnosti svojega duha...*

- ...*da vjeruje*
- ... *da se oslobodi zabrinutosti*
- ...*da oprostí samome sebi*
- ...*da primi informaciju*
- ...*da završi ovaj projekt*
- ... *da se probudi okrijepljen*
- ...*da prihvaća rizike*
- ... *da bude miran.*

Na ovu se djelotvornu tehniku možete osloniti kad god se pojavi potreba. Afirmacija vas podsjeća da na raspolaganju imate beskrajno mnoštvo osobnih vrlina, pozitivnih emocija i stvaralačkih namjera - koristite ih!

Dostojanstvo duha u jednakoj je mjeri sastavni dio ljudskog iskustva kao i strah ili zabrinutost. Štoviše, vaše više jastvo jest onaj dio vas koji ne osjeća strah i ne poznaje granice. Identitet vaše duše donosi beskrajnu domišljatost u vaš život. Uza sva energetska stanja koja će vam ikada biti potrebna, taj vid ima pristup svoj mudrosti beskrajnog i vječnog Univerzuma.

Vi ste jedno s božanskim umom, izvorom sveg znanja koji vam je na raspolaganju i u ovom trenutku. Vaše bitno jastvo je vrelo informacija pa postavljajte pitanja, utišajte um, meditirajte i slušajte svoje intuitivne odgovore. Kad god morate donijeti odluku ili steći jasniji uvid u neko pitanje, zatražite informaciju i pripremite se za odgovore koje ćete nedvojbeno primiti.

### *Nadahnuće*

Što se događa kad sebe određujete prema širini svoje duše umjesto prema granicama tijela i uma? Otvarate se univerzalnom nadahnuću. Nebrojeno mnogo ljudi doživjelo je istinsko nadahnuće u neočekivanom trenutku. Područja znanosti, likovne umjetnosti, književnosti i čak financija prepuna su priča o očitim čudima. Ti su trenuci energetske odgovori koji pristižu u vrijeme kad vaše više jastvo vibrira u skladu s duhom Univerzuma.



Taj proces nije nužno mističan, premda se može doimati takvim. Svemir je zapravo ispunjen informacijama i neograničenom kreativnošću. Kao i morfogogenetska polja koja sadrže energiju emocija, velika polja podataka također sadrže vječnu mudrost i znanje svih vremena - prošlog, sadašnjeg i budućeg. Ta mudrost i znanje uvijek su vam na raspolaganju putem vibracijske povezanosti s univerzalnom strujom. Jedino što vas sprječava u povezivanju s njom jest vaš vlastiti otpor. Prepreke se mogu pojaviti u obliku sumnje i rastresenosti, ali kad se oslobodite tih energetskih blokada, ustanovit ćete da vam traženi odgovori pristižu na doista neočekivane i mistične načine!

Vjerujem da je takva usklađenost s božanskim umom izvor nebrojenih izuma, otkrića i čak slavni djela na području likovne i glazbene umjetnosti te književnosti. Osobito zapanjujuće nadahnuće primio je kalifornijski kemičar Kary Mullis kad je izumio lančanu reakciju polimeraze (PCR), što je nedvojbeno bio jedan od najvažnijih napredaka u razumijevanju i dešifriranju DNK.

Mullis u svojoj knjizi *Dancing naked in the mind field* piše kako je radio u laboratoriju te uzaludno pokušavao pronaći rješenje za DNK identifikaciju. Jednoga je dana izašao iz laboratorija i krenuo u svoju kućicu u Anderson Valleyju u Kaliforniji. Dok je promatrao brežuljke i divlje kestene u cvatu, odjednom mu je sinulo rješenje. U trenu je primio odgovor, stao uz cestu i zapisao ga.

Po povratku u laboratorij nastavio je raditi, ali je izvorno rješenje bilo munja nadahnuća. Kasnije je rekao kako je bilo toliko jednostavno da mu nije bilo jasno kako ga se već nije dosjetio. Ali, ta je informacija bila zaključana u morfogogenetskim poljima, čekajući da se njegova usklađena rezonancija poveže s njima i preuzme je.

Mullis je doista primio nadahnuće. Odgovor mu se nije otkrio u laboratoriju, dok je mozgao nad svojim bilješkama. Pristigao je dok je Mullis vozio svoj kabriolet, blaženo zagledan u prelijepo drveće na brežuljcima. Nakon traganja za odgovorom bio je dovoljno opušten i otvoren za primanje. Odgovor ga je čekao, a on je svojom željom i namjerom spustio informaciju iz energetskog područja u svoju stvarnost.

To mu je otkriće donijelo Nobelovu nagradu, a njegov se utjecaj proširio svijetom. Iz njegova otkrića proizašao je proces koji je ostvario potpun zaokret razumijevanja DNK, pomažući predviđati i spašavati ljude od genetski predisponiranih bolesti, a radikalno je promijenio i forenzičku kriminologiju.

Mullis nije usamljen u tom iskustvu. Pisci, umjetnici, izumitelji i ljudi sa svih drugih područja oduvijek su doživljavali čaroliju spontanog nadahnuća. Einstein je često govorio da su mu najvažnija rješenja pristigla dok nije razmišljao o problemima. Thomas Edison je u svom laboratoriju imao *ležaj i rekao je kako je do traženog rješenja* često dolazio kad bi se probudio nakon drijemanja. I vi možete primiti nadahnuće ako se jednostavno opustite, otvorite i pitate.

### NEKA VAŠE VIŠE JASTVO OBAVI POSAO

Jedan od načina povezivanja s tom zapanjujućom moći jest svladavanje procesa otvaranja vlastitoj intuiciji. Da biste to postigli, potrebno je utišati um i slušati odgovore, a potom morate biti spremni prepoznati i slijediti primljene smjernice. Naučite češće slušati svoje instinktivne osjećaje i počnite prepoznavati razliku između glasa intuicije i glasa straha. Katkad mogu zvučati toliko slično da morate proniknuti duboko i poslušati srce kako biste ustanovili razliku.

Jednom sam upoznala ženu koja je trebala biti u zrakoplovu koji je eksplodirao iznad Lockerbieja u Škotskoj. Osjećala je poriv da odgodi polazak za samo nekoliko sati, ali je drugi dio nje oklijevao platiti više za odgodu. Ali, ona je poslušala svoje više jastvo i odustala od financijskog straha. Potrošila je nešto više novca i intuicija joj je spasila život.



Da biste pojačali svoju intuitivnu povezanost s univerzalnom strujom, smirite svoju energiju i oslobodite se zabrinutosti. Naučite opustiti se i odustati od užurbanosti i tjeskobe koju možda osjećate. Te vibracije onemogućuju duhovnu povezanost. Redovita meditacija i mirna kontemplacija povezat će vas s višim izvorom i uvesti vas u mirnu struju univerzalne ljubavi, vodstva i informacija.

Kad god osjetite potrebu, razmislite o pitanju na kojemu radite i zamolite svoje više jastvo za pomoć. Kad na večer legnete u krevet, pošaljite svoj duh u svijet, kako bi obavio posao umjesto vas. Bez obzira na to je li posrijedi uvjeravanje nekoga u djelotvornost vlastitih zamisli ili dobivanje informacija koje su vam potrebne da biste nastavili sa ostvarivanjem svojega cilja, vaše više jastvo posjeduje više moći no što pretpostavljate.

Dok tonete u san, otpravite ga u Univerzum kako bi radio u vašu korist. Pokraj kreveta držite bilježnicu kako biste mogli zabilježiti dojmove koji će se možda pojaviti tijekom večeri. Čak i vaši snovi mogu sadržavati tražene odgovore pa ih zabilježite i ostanite otvoreni za unutarne opažanje istine.

Duhovna energija, koja je uvijek uz vas, dio je vašega sadašnjeg i vječnog određenja. Nikada nećete biti više u duhu no što sada jeste. Vaša duša po oslobađanju od fizičkog tijela neće postati veća, moćnija ili mudrija; samo postaje manje opterećena materijalnim smetnjama. Vaša bit u ovom trenutku ima moć povezivanja s poljima u kojima je pohranjena mudrost, a može se povezati sa svim energetskim područjima. Zato zamolite svoje više jastvo za pomoć, ali nemojte stati na tome. Pošaljite svoj zahtjev u svijet - primljeni odgovori mogli bi vas iznenaditi!

#### AFIRMACIJA ZA POVEZIVANJE S VIŠIM JASTVOM

- *Svakoga sam dana sve svjesniji svojega vječnog duha. Živim u miru koji mi donosi moj duh.*
- *Otvoren sam za jasnoću, mudrost, milost i moć svojega duha.*
- *Otvaram se sposobnosti svojega duha da voli i bude voljen, da stvara, vjeruje i prima.*
- *Sve više slušam svoj intuitivni glas. Nadahnuće dolazi na mnoge načine i u neočekivanim trenucima te mi svaki dan pruža znanje i smjernice.*
- *Oslobađam se zemaljskih zabrinutosti i prihvaćam mir svojega vječnog identiteta.*

# ANĐELI, VODICI I BRIŽNI DUHOVI

*Drugi nevidljivi pomagači na putu prema uspjehu*

*"Otvoren prozor, a jutarnji zrak vroi anđelima."*

Richard Wilbur

Duhovni je svijet veći i napućeniji no što većina ljudi može zamisliti. Uz energiju vaše vlastite duše, kroz vrijeme i prostor vibriraju energije svih drugih pojedinaca. Nevidljiva bića vam se smiješe, spremna pomoći na beskonačno mnogo različitih načina. Ta bića, među kojima su anđeli, vodiči, voljene osobe i druga brižna srca energetskih područja, neprestano vam šalju poruke ljubavi i umirenja.

*Anđeli*

Anđele se tijekom povijesti i u gotovo svakoj religiji smatralo Božjim slugama i pomagačima ljudskoj vrsti. Ne odbacujte tu zapanjujuću moć jer tu zamisao doživljavate kao previše vjersku ili previše uvrnutu. Ako želite nešto učiniti ili postići, zazovite anđeosku pomoć. Kao i za svaku vrstu pomoći - duhovnu ili drugu - morate je zatražiti da biste je dobili.

Mnogo je priča o anđeoskoj prisutnosti u raznoraznim situacijama. Moj prijatelj, koji u tvornici obavlja prilično opasan posao, rekao mi je kako zamoli anđele da ga čuvaju kad god ide na posao. Jednoga je dana izbio požar, a dim je bio toliko gust da moj prijatelj nije mogao pronaći izlaz. Čuo je kako ga je netko pozvao i slijedio je taj glas sve do vrata. Ali, kad je stigao do njih, ondje nije bilo nikoga.

Olimpijska klizačica koju sam upoznala, rekla mi je da neprestano zaziva anđele. Često osjeća kako na ledu plešu s njom i čak je podižu dok izvodi skokove. Moj drugi prijatelj, pilot u maloj putničkoj zrakoplovnoj tvrtki, jednom se zatekao u silnoj oluji iznad jezera Superior. Njegov zrakoplov s dvanaest putnika odjednom se sunovratio i premda je moj prijatelj davao sve od sebe, nije uspijevaao podignuti zrakoplov. Zamolio je za pomoć i odjednom osjetio kako mu dvije snažne ruke pomažu podignuti prednji kraj zrakoplova, omogućujući mu završiti let te putnike sigurno dovesti na odredište.

Ti su ljudi svoje anđele zamolili za pomoć i primili je. Ali, pomoć iz svijeta duhova nije ograničena na anđeosko područje.

### **Vodiči**

Pošaljite svoje zahtjeve jer su nebrojeni vodiči spremni pomoći. To mogu biti sveci ili drugi duhovni učitelji. Komičar Danny Thomas to je otkrio iz osobnog iskustva, kad je jednim jedinim zahtjevom spasio tisuće života.

Početak četrdesetih godina dvadesetog stoljeća nailazio je na velike teškoće nastojeći uspjeti u svijetu zabave. Radio je na radiju i bavio se *stand-up* komedijom, ali nije zarađivao dovoljno za uzdržavanje svoje mlade obitelji. Njegova je supruga željela da napusti industriju zabave i zaposli se u prodavaonici. Bila je trudna, a budući da su bili vrlo siromašni, Danny je smatrao da bi to mogla biti njegova jedina mogućnost.

Čuo je za svetog Judu - zaštitnika beznadnih - pa je otišao u obližnju crkvu i pomolio mu se. Zamolio je za znak koji će mu reći treba li ostati u industriji zabave ili prihvatiti "pouzdaniji" posao, te odlučio da će pronaći običan posao ako se s njegovom komedijom u skorije vrijeme ne dogodi ništa.

Nedugo potom sanjao je da putuje u Chicago. Poslušao je to nadahnuće i prvoga dana u Chicagu dobio nekoliko uloga u radijskim emisijama. Nakon toga je dobio uloge u dvije popularne televizijske serije. Osim toga, osnovao je vrlo uspješnu produkcijsku tvrtku koja je stvorila mnoge popularne serije i donijela mu veliko bogatstvo.

Kad je Danny Thomas zatražio pomoć svetoga Jude, zavjetovao se da će mu zahvaliti izgradnjom svetišta s njegovim imenom - a učinio je mnogo više od toga. Godine 1962. osnovao je istraživačku dječju bolnicu Sveti Juda, za liječenje djece s teškim bolestima. Pod pokroviteljstvom Dannyja Thomasa ustanovljeno je pravilo da ni jednom djetetu neće biti uskraćeno liječenje zato jer roditelji nisu u mogućnosti platiti.

Ta sjajna ustanova danas je vodeća u području istraživanja dječjih bolesti, a u desetljećima nakon njezina osnivanja spašene su mnoge tisuće mladih života. Duhovna pomoć, koju je Danny Thomas prije mnogo godina zatražio od svetog Jude, danas uslišava molitve obitelji iz svih krajeva zemlje. Danny Thomas je za svoja humanistička nastojanja nagrađen zlatnom medaljom Kongresa.

Osobno također imam vodiča kojemu se često obraćam za pomoć. Sveti Antun je zaštitnik izgubljenih stvari, kojega možete zazvati da biste pronašli nešto zagubljeno. Zaziv glasi: "Dragi sveti Antune, dođi ovamo. Nešto je izgubljeno i još nije nađeno." Izgovorite to glasno, misleći na zagubljeni predmet i uskoro biste trebali primiti zamisao koja će vas odvesti do onoga što tražite.

Osobno se neprestano obraćam svetom Antunu, ne samo zbog izgubljenih stvari već i za pomoć u nalaženju informacija ili potpore. Čak sam ga zamolila da nam pomogne pronaći djecu koju ćemo posvojiti i dovesti ih kući. Tijekom godina sam ga toliko često zazivala da ga sada zovem jednostavno Tony!

Prije nekoliko godina držala sam predavanje pred povelikom publikom; govorila sam o duhovnoj pomoći i isripovijedala nekoliko priča o tome kako mi je sveti Antun pomogao. Kad sam izrekla invokaciju, mnogo ljudi ju je zapisalo, a jedna je žena istrčala kroz stražnji izlaz. Kad sam završila predavanje i izašla iz dvorane, prišla mi

je. Ispričala se zbog odlaska i rekla mi kako je odmah morala nazvati svoju sestru kako bi joj rekla za svetog Antuna.

Njezina je sestra izgubila bakin zaručnički prsten, koji nije bio samo skupa stara umjetnina, već i vrlo drag objema. Izgovorila joj je invokaciju telefonom, a tada su je obje glasno izgovorile. Njezina je sestra odmah primila predodžbu jedne ladice u svojoj komodi. Otvorila ju je i ugledala prsten! Nije to mogla shvatiti jer je u tu ladicu pogledala već desetak puta, a jednom je čak istresla njezin sadržaj na krevet. Osim toga, iz te je ladice ujutro uzela čarape, a prsten tada nije bio ondje.

Žena je priču završila riječima: "Silno sam iznenađena!" Rekla sam joj kako neprestano čujem takve priče, što nije osobito neobično jer je sveti Antun brižna i susretljiva duša. Ona je odgovorila: "Ah, nije to. Iznenađena sam jer smo mi Židovke!"

Budite uvjereni da u svijetu duha ne postoji kategorija vjerske pripadnosti. Osobno razgovaram sa svima, od Svetog Duha i Sai Babe do svoje voljene bake Anne. I vi možete zatražiti pomoć od bilo koga, od svetaca, Buddhé, proroka, anđela ili od svojih voljenih osoba.

### *Voljene osobe i drugi duhovi*

Poznata je priča o slavnom fizičaru Enricu Fermiju. Enrico i njegov brat Giulio u vrlo su ranoj dobi gorljivo proučavali fiziku. Ali, Giulio je tragično preminuo kad je Enricu bilo oko deset godina. Enrico se nakon tog gubitka zadubio u čitanje raznih knjiga s područja fizike. Dok je završavao s čitanjem jedne knjige, njegova je sestra primijetila nešto neobično. Upitala ga je kako u jedanaestoj godini može razumjeti knjigu koja je u cijelosti napisana na latinskom jeziku. Enrico joj je odgovorio da je sve razumio te da nije ni primijetio da mu je jezik potpuno nepoznat.

Neki ljudi koji znaju tu priču, rekli su da je Enricu pokojni brat prevodio tu knjigu. Drugi vjeruju da mu je pomogao anđeo, dok su neki uvjereni da je jednostavno posjedovao unutarnje znanje. Koji god bio izvor toga čudesnog shvaćanja, Enrico ga je iskoristio kako bi u vrlo mladoj dobi postao vodeći stručnjak na području nuklearne znanosti i radiologije.

Ne plašite se tražiti pomoć iz svih mogućih izvora. Tražite odgovore i uspjeh! Poznato je da se Cornelius Vanderbilt po pitanju poslovnih ulaganja savjetovao sa spiritualistom. Stekao je bogatstvo i osnovao sveučilište.

Odakle god pomoć pristigla, jedno je zajedničko svim navedenim pričama: potrebna pomoć nije pristigla iz zemaljskog, materijalnog svijeta. Pristigla je iz energetskog područja, a u njemu su nevidljiva mjesta i brižne osobnosti kojima je stalo do naše dobrobiti. Naši anđeli, vodiči i čuvari slobodno se kreću kroz materijalni i energetski svijet te utječu na njih. Zapanjujuće informacije i pomoć vibriraju posvuda oko vas. U svijetu čistoga potencijala sve što će vam ikada biti potrebno nalazi se na samom rubu svijesti i čeka da otvorite vrata.

#### AFIRMACIJE ZA POVEZIVANJE S BRIŽNOM DUHOVNOM ENERGIJOM

- *Brižna pomoć pristiže. Otvoren sam i zahvalan.*
- *Anđeli oplemenjuju moj život dobrotom i suosjećanjem. Zaštićen sam i dobro zbrinut.*
- *Kad god se suočim s pitanjem ili s problemom, samo moram pitati. Uvijek primam odgovore koji su mi potrebni i zahvalan sam za njih.*
- *Molitva donosi moć i svrhu u moj život. Molim s lakoćom i smireno.*
- *Univerzum je ispunjen namjerama ljubavi. Svoju namjeru ljubavi usklađujem s tom obilnom strujom.*



## BOŽANSKA PRISUTNOST

### *Treći nevidljivi pomagač na putu prema uspjehu*

*'Toliko smo preplavljeni jedom da ne čujemo božansku melodiju. Kad bismo mogli vidjeti... kad bismo mogli shvatiti, kad bismo uvidjeli prisutnost Svega, što nam ne bi polazilo za rukom?'*

Ernest Holmes

Božanski izvor svega stvorenoga nalazi se u svakom valu i čestici svemira. Ta silna energija je bilo života i rođenje svega - uključujući svaki uspjeh. Prisutnost bi, kao takva, trebala postati istinski i održiv dio vašega života. Ako odbacite tu začudnu silu, vaši bi snovi mogli usahnuti samo zbog duhovne izgladnelosti. Ali, ako Božansko shvaćate kao davatelja života i sustvaratelja vašega postojanja, svojim ćete energijama dati neograničenu moć te stvoriti svijest mira i spokojsva koja će prožimati vaš cijeli život.

To ne bi smio biti tek idealistički zadatak, već duboko doživljeno iskustvo, proces u kojemu svaki dan tražite i primete brižan božanski utjecaj. Osobno dostojanstvo svojstveno ljudskom životu proizlazi iz podrijetla duše te otkriva istinsku prirodu naše vječne istine. Ta je veza iznad svih problema, nedostatka i zabrinutosti. Donosi dublji osjećaj mira i stalnosti, koji vas uvijek vraća vašemu izvoru i vašemu rješenju.

Da biste postigli to smireno stanje, morate se najprije odrediti kao duhovno biće. Prema tom određenju vaša se vrijednost ne temelji na sastavnicama vanjskoga svijeta, već na vašemu božanskom nasljeđu. Sveti ste i vaš je život svet. Obezvrjeđivanje samoga sebe zapravo je odbacivanje toga svetog identiteta koji je istinski izvor vašeg osobnog uspjeha. Morate uvidjeti vlastitu vrijednost i vrijednost svojega vječnog života te napokon odustati od osuđivanja i uvjetnog samoprihvatanja, jer takvi materijalni pristupi dosljedno poriču prirodenu svetost vašega ljudskog jastva. Živa prisutnost Božanskoga u vama vaš je najviši izvor vrijednosti, a kad prihvatite tu istinu, svijet će vas obasuti blagoslovi-  
ma.

Na taj su način vaš duhovni i osobni uspjeh neraskidivo povezani s vašim samopoštovanjem. Vi ste Božje dijete, očitovanje te vječne ljubavi i svjetlosti, a vaš stav prema samome sebi Bogu govori o vašoj ljubavi prema Njegovu djetetu. Biste li dopustili da se netko vašemu djetetu obraća onako kako se vi obraćate samome sebi? Kad kritizirate samoga sebe, Bog vas pita: "Kako se možeš tako ponašati prema Mojemu voljenomu?" Vaše osuđivanje poriče vječan duh vašega života, a ako nastavite s preziranjem i osuđivanjem samoga sebe, gušit će vašu unutarnju svjetlost sve dok vaša privlačna energija ne postane troma i mračna poput daleke crne rupe.

Svoju osobnost ne možete razdvojiti od svoje istinske biti. Ako Božanska prisutnost ne prožima vaš stav o samome sebi, tada će najprivlačnija vibracija Univerzuma biti sputana u vama. Najveća boljka čovječanstva: milijuni ljudi širom svijeta osjećaju da je njihov vitalan izvor energije zatvoren u njihovim slomljenim srcima. Bolna, gorka težina gubitka može vas dovesti do očajničke žudnje za vanjskim zadovoljenjem u obliku ovisnosti, stjecanja i bijega. Ali, ni jedan vanjski užitak neće zadovoljiti praznu i odsječenu dušu.



Morate otvoriti svoje srce kako biste se povezali sa svojim božanskim nasljeđem, izvorom iz kojega primete. Na posljetku, radosti uspjeha, ljubavi i istinskog zadovoljenja ne mogu slobodno pritjecati *vama* ako ne mogu proći *kroz* vas. Za to je potreban zakret energije. Približavanje Božanskome podrazu-

mijeva udaljavanje od mržnje - bez obzira na to je li posrijedi nesklonost prema sebi ili prema drugome. Da biste održavali vezu, morate dosljedno usmjeravati svoje namjere te svaki dan donositi nove izbore. Da biste se otvorili Bogu, odustanite od sukobljavanja, prihvatite mir i uvijek stremite ljubavi.

### *Božansko srce*

Put prema Božanskome nije dug - tek udaljenost od vaše glave do srca. Ne gledajte u nebo jer ondje nećete pronaći svoju povezanost. Umjesto toga usredotočite se na svoje srce. Dišite polako i duboko te zamolite za osjećaj vječne svjetlosti koju već nosite u sebi. Promatrajte kako jača i blista na sve strane, povezujući vas sa svim drugim svjetlima božanske ljubavi. To je priroda goleme duše svijeta: svi smo mi zrake iz toga blještavog izvora, združene u Božjoj beskrajno sjajnoj vibraciji.

Uza svakidašnju meditaciju, drugi način povezivanja s tom moćnom prisutnošću jest iskrena i usrdna molitva. Odavno je poznato da je molitva sila iscjeljenja, zaštite i nadahnuća te ujedno spona s Božanskim. Molitva iz iskrenog srca seže u nepoznate zakutke energetskog svijeta te često donosi rezultate koje ništa drugo ne bi moglo stvoriti.

Na početku svojega dnevnika držim molitveni popis, kojemu dodajem imena ljudi ili situacije kojima je potrebno iscjeljenje ili svojevrsno razrješenje. Svaki dan Bogu govorim o tim imenima; svakoga jutra i svake večeri neko vrijeme posvetim slanju namjera ljubavi svim tim situacijama. Usredotočim se na svoje ciljeve, ali obuhvatim i globalna pitanja kao što su pomoć beskućnicima, iscjeljivanje bolesnih i mirno razrješenje neprijateljstava. Dodajem i invokaciju za upućivanje brižne pomoći svima onima za koje se nema tko zauzeti.

Za što god molili, vaše riječi i misli ne moraju biti službene ili kreativne; važno je samo da proizlaze iz vašega srca. Otvorite komunikacijske kanale kad se želite osloboditi ili imate potrebu za iscjeljenjem;

tražite što želite i zahvalite za ono što dobijete. Molitve uvažavanja i zahvalnosti šapat su ljubavi uzvraćen onome koji daje sve divne darove. Izražavajte tu zahvalnost u svemu što činite i postat će živa invokacija. Ako opažate božansko u svakom iskustvu, uvidate da vaš cijeli život može biti molitva.

Mnogi športaši, ulagači, financijaši, rock-zvijezde, glumci i nebrojeni drugi ljudi svoj uspjeh pripisuju odnosu s Bogom. Nemojte to doživljavati kao puku sladunjavost. Neograničena moć Božanskoga, kreativan izvor i rezonancija cijeloga Univerzuma, vaša je najveća potpora i najbrižniji, najspremniji sustvaratelj vaše osobne sudbine. Otvorite se toj povezanosti i u svakom ćete dahu osjećati preobražajnu moć. Divna se čuda mogu dogoditi i u vašemu životu - štoviše, nema većeg postignuća od uspješnog povezivanja s Bogom.

#### AFIRMACIJA ZA ŽIVLJENJE UZ BOŽANSKU PRISUTNOST

- *Blagoslovljen sam Božjom ljubavlju. Slobodan sam.*
- *Oslobađam se straha i samoprezira. Siguran sam i zaslužan, uvijek u božanskom zagrljaju.*
- *U moj život pritječe univerzalno obilje radosti, uspjeha i mira. Primam beskrajne blagoslove.*
- *Svaki trenutak božanske povezanosti u moj život donosi preobražajnu moć.*
- *Opazam božansko u svima. Božanska nas svijest sve povezuje.*
- *Ispunjava me Božja ljubav. Moj je život meditacija i spokojna molitva. Prihvaćam svoju povezanost s Izvorom, prožetu ljubavlju.*
- *U svojem životu osjećam moć molitve. Putem molitve i ljubavi povezujem se s bezgraničnom pomoći Univerzuma.*

# DVIJE PREPREKE USPJEHU

Katkad se doima da se u svojoj težnji uspjehu suočavate s uzastopnim preprekama. Situacija se jednostavno ne odvija u željenom smjeru, griješite u odabiru trenutka, gospodarstvo oslabi ili vam se nešto drugo nađe na putu. Doima se da ne uspostavljate odgovarajuće veze - ili možda drugi neprestano griješe.

Te se prepreke doimaju slučajnima. Doima se da na njih ne možete utjecati, ali nemojte vjerovati u to. Iako ih doživljavate kao slučajnosti, zapravo su posrijedi energetske odgovori na vašu osobnu rezonanciju pa stoga većina njih proizlazi iz vas. Štoviše, dvije najveće prepreke s kojima ćete se ikada suočiti jesu samonametnute. Ali, to je dobra vijest jer vi možete promijeniti ono što stvarate!

Život je proces, neprekidan niz iskustava - dobrih i loših. S energetskog stajališta vaša je reakcija važnija od onoga što vam se dogodi. Što god se dogodilo ili koliko god put prema uspjehu bio dug, vi možete izabrati dosljedno djelovanje, ne samo u smjeru svojih ciljeva već i u kontekstu vlastite energije te stvaranja svijesti. S kakvom se god preprekom susretete, sjetite se da čak i mali zaokret svijesti može prouzročiti značajnu - i čak trenutnu - promjenu vašega života. Sada i uvijek imate moć ostvariti tu promjenu te promatrati kako se vaši ciljevi pretvaraju u divnu stvarnost.

# OGRANIČAVAJUĆA VJEROVANJA

## *Prva prepreka na putu prema uspjehu*

*"Vjerujte da ćete uspjeti. Čvrsto vjerujte u to i učinit ćete što je potrebno da biste postigli uspjeh."*

Dale Carnegie

Jasno je da vaša vjerovanja stvaraju i vašu energiju i vašu sudbinu pa stoga ne postoje važniji čimbenici koji bi odredili vaš uspjeh. Dva najškodljivija stava jesu sumnja i ograničenost. Zamislite kako sumnja utječe na vašu svijest: mozak je lako uvjeriti da je zamišljeno doista stvarno, a ako sumnjate da možete uspjeti, to ćete stvoriti u svojoj svijesti - a tada će vaša svijest to stvoriti u vašoj stvarnosti.

Ako želite da vam sile Univerzuma pomognu ostvariti ono što želite, morate odabrati življenje u skladu s univerzalnim zakonima. Možete sastaviti sve planove i poduzeti sve što je potrebno, ali ako razmišljate u kontekstu neuspjeha ili čak sumnje, jednostavno nećete postići odgovor. Ako je vaša energija prožeta strahom i osjećajem ograničenosti, plovit ćete protiv struje i neprestano joj se opirati. Istinski put prema uspjehu otvara se uslijed odabira čvrstih, optimističnih

uvjerenja. Vaše stvaranje svijesti u potpunosti proizlazi iz vaših vjerovanja. Vaša su vjerovanja izvor vaših svakidašnjih misli koje stvaraju vašu osobnu energiju. Zdravo razmišljanje stvara pozitivne rezultate, a nezdravo stvara škodljivu poruku koja neizostavno donosi neželjene ishode.



Zakon privlačenja i Zakon očitovanja sasvim su jasni: nedvojbeno ćete postići ono u što vjerujete - a ne ono što želite, ono za čime žudite ili ono čemu se nadate. Ne postoje inačice te istine. Vaša su vjerovanja gorivo kozmičkog stroja, vašeg stroja očitovanja. Ako prihvatite ograničavajuće pretpostavke, odašiljat ćete svijest ograničenosti i privlačiti daljnju ograničenost. Ali, neograničena vjerovanja rađaju obilnim rezultatima i otvaraju vaš život za primanje velikih darova.

### ***Blokiranje negativnih "pop-upova"***

Zamislite svoj um kao računalo - kad u tražilicu utipkate riječ ili rečenicu, dobivate specifičan niz odgovora, a jednako funkcioniraju vaši mentalni procesi. Kad svojem umu zadate određeni pojam ili predodžbu, on potraži vaše najčešće odgovore. To je nalik datoteci "Favorites" ili "Bookmark".

Primjerice, što vam prvo pada na pamet kad pomislite na pojam *posao*? Koji se osjećaji prvi pojavljuju? Potom zamislite pojam *novac*. Što dobivate nakon što vaš um potraži odgovore? Mnogim se ljudima pojavljuju misli o nedostatku te osjećaji straha i nelagode. A vama? Sada zamislite svoj cilj. Kakvi su rezultati mentalnog pretraživanja? Jesu li pozitivni ili negativni? Bude li u vama osjećaje uzbuđenja ili zabrinutost i sumnju? I na posljetku, pomislite na sebe i zabilježite rezultate. Ako primite bilo koju vrstu negativnog odgovora, ponovite pretraгу.

Vaše su misli nalik *pop-up* prozorima na internetu. Bavite se svojim poslom, usredotočeni ste na njega i odjednom se pojavi neugodna

pretpostavka. Katkad to može biti samo kratkotrajna misao, ali negativnost često potpuno zavlada te ispuni cijeli "zaslon" vašeg uma, sve dok ne pomislite da je se nikako ne možete osloboditi.

Kad se to dogodi, nema vam druge doli isključiti sve i "resetirati" se. Morate započeti ispočetka, s novom mišlju, a kad je utvrdite, morate odlučno blokirati sve škodljive *pop-upove* koji bi vam mogli smetati. Štoviše, možete stvoriti vlastitu pozitivnu obranu. Osobno sam to učinila i postupku poučila svoje klijente, koji ga primjenjuju u raznim situacijama.

### POZITIVNA POP-UP VIZUALIZACIJA

Zamislite pozitivnu predodžbu, veselu, vedru i sretnu; to može biti predodžba vas u odličnom izdanju, predodžba ostvarenja cilja ili bavljenja veselom aktivnošću. Živo zamislite pojedinosti te vesele predodžbe te joj pridružite pozitivnu riječ ili izraz.

Neka ta predodžba potpuno ispuni vaš mentalni zaslon kako ne biste mogli zamisliti ništa drugo. Ostanite usredotočeni na tu predodžbu sve dok ne opazite da se neugodni osjećaji mijenjaju. Dišite duboko i uživite se, nasmiješeni i opušteni; opazite svaki dio sebe u toj stvarnosti. Zadržite tu pozitivnu novu predodžbu ponavljajući je koliko god bude potrebno, sve dok ne počnete opažati ugodnije misli i osjećaje o sebi i o vlastitom životu.

Taj će vam postupak pomoći utvrditi novu predodžbu, misao i radostan osjećaj u vlastitoj svijesti i u univerzalnoj struji. Time u energetsko područje odašiljete pozitivne vibracije, a odgovarajuće energije donose odgovarajuće rezultate. Nastavite li s time kad god vam se pojavi negativna misao, uskoro će nova dinamična energija ispuniti vaš život.

Ovu tehniku možete primijeniti kad god se nađete u teškoj situaciji, kad god vas svlada sumnja ili kad povjerujete u ograničenje. Štoviše, neizostavno je morate primijeniti. Vaše razmišljanje stvara vašu stvarnost pa biste u svakoj mogućnosti trebali izabrati pozitivan način razmišljanja. Misli o ograničenosti sputavaju vašu rezonanciju i onemogućavaju uspjeh. Zamislite što pokreće svaka misao o



ograničenju budući da svaka stvara upravo suprotnost onome čemu težite.

Vrijeme je da svjesno promijenite svoje stare zaključke sumnje i ograničenja. Što god ste vjerovali u prošlosti, morate se riješiti tih starih, neugodnih misli. Vi imate moć osloboditi ih se i to je jedini logičan izbor. Čak i ako osjećate poriv navike ili praznovjerja, vaša će negativna vjerovanja uroditi samo neugodnim rezultatima i neće vas dovesti nikamo.

### ***Istina ili strah?***

Sljedeći popis obuhvaća neka od najčešćih ograničavajućih vjerovanja vezanih uz pitanja uspjeha, a ti zaključci *ne* predstavljaju vašu istinu. Takve misli ne škode samo energiji, već i narušavaju sklad te vašu ravnotežu s univerzalnom strujom. Da biste ponovno uspostavili sklad, morate stvoriti iskrena vjerovanja koja će vam pružiti moć. Prestanite se zavaravati po pitanju svojega potencijala i počnite živjeti u svojoj moći. Prepoznajte neograničeni potencijal u sebi, u svojem svijetu i u svim svojim težnjama.

Kojima se od navedenih vjerovanja najviše prepuštate? Odredite ih, a zatim na kartice ispišite svoje nove istine. Kartice nosite sa sobom i čitajte ih što češće. Dok ih čitate, zamišljajte optimističnu predodžbu - makar predodžbu samoga sebe, nasmiješenoga i sretnoga. Zamislite tu predodžbu, praćenu svojim novim vjerovanjem, kad god se zateknete u misli koje se nastojite osloboditi.

*Ograničavajuće vjerovanje:* Nisam dovoljno dobar (dovoljno pametan, dovoljno privlačan) da bih uspio.

*Osobna istina:* *Jesam* dovoljno dobar (dovoljno pametan, dovoljno privlačan) da bih uspio. Vjerujem u sebe i u svoju sposobnost stvaranja divne budućnosti.

*Ograničavajuće vjerovanje:* Moram biti savršen. Sve moram raditi savršeno. Svi me moraju prihvatiti.

*Osobna istina:* Prihvaćam samoga sebe. Bez osuđivanja prihvaćam sebe i ono što radim.

- Ograničavajuće vjerovanje:* Kako mogu uspjeti? Do sada još nisam postigao istinski uspjeh.
- Osobna istina:* Oslobađam se prošlosti i odustajem. Danas je novi dan; ovo je nova misao. U svakom trenutku stvaram pozitivnu novu energiju.
- Ograničavajuće vjerovanje:* Nemam dovoljno novca (nisam dovoljno obrazovan, nemam dovoljno sreće) da bih uspio.
- Osobna istina:* Posjedujem sve što je potrebno za uspjeh. Na raspolaganju su mi svi izvori koji su mi potrebni za stvaranje divne budućnosti kakvu želim.
- Ograničavajuće vjerovanje:* Nema dovoljno dobrih radnih mjesta (žena, muškaraca, mogućnosti) za sve.
- Osobna istina:* U Univerzumu vlada obilje. Mnogo je divnih radnih mjesta (žena, muškaraca, mogućnosti) za sve, kako bi svi mogli živjeti uspješno i sretno. Ja privlačim to obilje mogućnosti. Uvijek imam mnogo toga u čemu mogu uživati.
- Ograničavajuće vjerovanje:* Meni se uvijek sve izjalovi. Da nemam zle sreće, ne bih imao nikakve.
- Osobna istina:* Odabirem uvažavati sve dobro što imam u svom životu. Privlačim sve više sretnih okolnosti. Doista sam sretan i blagoslovljen.
- Ograničavajuće vjerovanje:* Ovo što sada radim nije dovoljno dobro. Moram više raditi, zarađivati, biti i imati.
- Osobna istina:* Ovo što sada radim vrijedno je, kao što sam i ja vrijedan. Odabirem sebe doživljavati kao uspješnoga. Opažam vrijednost u svemu što radim i privlačim je još više.

<i>Ograničavajuće vjerovanje:</i>	Neprestano moram nastojati biti bolji. Ne mogu se prihvatiti ovakvoga kakav jesam.
<i>Osobna istina:</i>	Vrijedan sam ovakav kakav jesam. Ne moram postupati drukčije niti biti drukčiji. Svaki dan odabirem sve više cijeniti svoju vrijednost. Učim prihvaćati sebe, vjerovati u sebe i cijeniti se u svakom trenutku.
<i>Ograničavajuće vjerovanje:</i>	Ne mogu biti sretan dok ne uspijem. Moram to što prije postići.
<i>Osobna istina:</i>	Odabirem zadovoljstvo samim sobom i stvaranje sreće u vlastitom životu. Znam da smirenim, sretnim stavom privlačim još više uspjeha i radosti pa ga održavam svaki dan.

Navedena su samo neka ograničavajuća vjerovanja kojima se možda prepuštate. Možete li se sjetiti još kojega? Zabilježite ih u svoj dnevnik te svakako dodajte suprotne tvrdnje. Nosite te pozitivne misli sa sobom i ponavljajte ih sve dok ne postanu vaša spontana reakcija. To nije besmislen posao, već presudno važan dio vašega stvaranja pozitivne energije. Proces očitovanja toliko je snažno povezan s vašim mislima i vjerovanjima da se jednostavno ne možete bez posljedica baviti mislima o ograničenosti.

### ***Budite pozitivni***

Neki se ljudi čak određuju na temelju svojih ograničenja. Doima se da je negativnost duboko u njihovoj prirodi, u njihovoj krvi! Toliko su duboko uronjeni u vlastite strahove i tjeskobu da im ne pada na pamet odgovoriti na pozitivan način. Bez obzira na to jeste li se kronično prepustili takvom jadu ili vas samo povremeno svlada prolazna sumnja, morate uporabiti svoju moć izbora i krenuti drukčijim energetskim putem.

Ograničeno razmišljanje samo je drugi oblik zabrinutosti, a kad problemu dodate tjeskobu, energija te prepreke samo jača. Strepnja,

strah ili sumnja nikada ne pomažu pronalaženju rješenja, već samo pogoršavaju teškoće zbog kojih ste uzrujani. Svoj život morate prožeti općenito afirmativnim svjetonazorom.

Promjena misli i vjerovanja može se doimati kao težak zadatak, ali dugoročno zapravo iziskuje manje napora nego život pod njihovim negativnim utjecajem. *Ne* smatrajte ga neostvarivim ili čak nerealnim. Ograničavajuća vjerovanja ograđuju vašu stvarnost pa ne možete preskočiti energetske zidove koje vam postavljaju na vašem putu prema uspjehu.



Vaš je sustav vjerovanja najveći uzrok patnje u vašem životu. Patnja ne proizlazi iz radnog mjesta koje ne nudi mogućnost napredovanja, iz loših veza ili čak iz nedostatka novca - premda to možda želite optužiti. Najveći uzrok očaja jest beznadnost, koja proizlazi iz straha i osuđivanja. Nemojte ostati zaglavljani u njoj! Kad napokon odlučite osloboditi se očaja, možete prihvatiti istinu svojega neograničenog potencijala. Posljedična radost i sloboda oslobodit će vas zabrinutosti te vam pružiti više moći no što uopće možete zamisliti.

Na svojim seminarima često pripovijedam zanimljivu priču koja dokazuje moć vjerovanja. Priča govori o ocu koji je odveo sina u cirkus, u vrijeme prije cirkuskih arena, dok su cirkusi putovali od grada do grada noseći sa sobom velike šatore. U jednom od tih sela jedan je otac odveo sina gledati kako radnici postavljaju veliki šator. Gledali su kako slonovi vuku teška platna i podižu goleme središnje potporne stupove, visoke poput telefonskih stupova.

Dječakje, dakako, bio zadivljen nevjerojatnom snagom tih životinja. Ali, kad su se ponovno vratili na cirkusku predstavu, vidjeli su da su slonovi vezani. Svaki je užetom oko gležnja bio vezan za kolac zabijen u zemlju. Kad je dječak to vidio, upitao je oca zašto slonovi jednostavno ne prekinu užu ili ne izvuku kolac iz zemlje. Na posljetku, ranije

istoga dana bili su dovoljno snažni da podignu goleme stupove i vuku teške šatore.

Otac mu je objasnio da su te slonove, dok su bili maleni, oko gležnja vezali lancem pričvršćenim za čelični stup u tlu. Kad god bi pokušali otići, okovi su ih spriječili pa su uskoro shvatili da ne mogu otići dok su tako vezani. To je postalo njihovo temeljno znanje i materijalna stvarnost. Čak i nakon što su znatno porasli, živjeli su na temelju osjećaja iz mladih dana. Njihov je život bio ograničen, ali ne njihovom istinom, već onime čemu su poučeni.

Koja vas ograničavajuća misao sputava? Koju osobnu moć odbacujete samo zato jer su vas u mladoj dobi poučili da ne postoji? Što god vam rekli, vi ste moćniji no što pretpostavljate. I, što je najbolje od svega, imate neograničenu moć promjene razmišljanja, što vam daje najveću snagu: moć promjene vlastite stvarnosti.

Univerzum kaže "Da!" onome što vjerujete - što god to bilo. Pozitivni ili negativni zaključci, koje stvarate u svojem umu, neizbježno vas dovode do sudbine iz vaših snova i želja. Ograničavajuća određenja ograničavaju vaše ishode, ali kad odlučite osloboditi se samonametnutih lanaca i otvorite se silnoj vjeri, Univerzum će reći "Da!" radosnom ispunjenju vaših ciljeva.

- *Oslobađam se svake sumnje. Kad god mi se u umu pojave misli o ograničenosti, potpuno ih onemogućavam pozitivnom predodžbom. Vidim svoj cilj - potpuno ostvareni*
- *Oslobađam se sve zabrinutosti i živim u povjerenju. Posjedujem svu moć koja mi je potrebna da bih ostvario svoje snove.*
- *Vjerujem u sebe i u svoju sposobnost stvaranja sretnog i uspješnog života.*
- *Nema toga što ne mogu soladati. Imam neograničenu moć promjene svojih misli, energije i stvarnosti.*
- *Uvijek odustajem od negativnog razmišljanja. Umjesto njega biram pozitivne i poticajne misli povjerenja.*
- *Univerzum kaže "Dal" onome što smatrate istinitim. Iskreno vjerujem u svoje neograničene mogućnosti uspjeha.*

## PRERANO ODUSTAJANJE

### *Druga prepreka uspjehu*

*"Dok jedan oklijeva jer se smatra manje vrijednim,  
drugi marljivo griješi i postaje sve vrijedniji."*

Henry C. Link

Mnogi ljudi nikada ne dožive uspjeh samo zato jer odustanu kad zagusti. Istinska postignuća iziskuju vrijeme, energiju, usredotočenost i strpljivost. Trebali biste neprestano biti spremni ustrajati jer ustrajnost može biti jedino što će vam omogućiti da prebrodite teška razdoblja.

Suvremena zapadnjačka kultura svjedočila je velikom bogaćenju, a u nekim slučajevima i brzoj zaradi. Ta varljiva primamljivost može vas navesti na golema očekivanja i nerealne rokove. Premda izreka "Sanjaj velike snove, ali budi realan" zvuči paradoksalno, zapravo to nije. Uvijek biste trebali imati velike ambicije - i trebali biste biti spremni uložiti vrijeme, trud i prilagodljivost u njihovo ostvarivanje. Pazite da se ne uhvatite za samo jednu mogućnost ili ishod jer to prouzrokuje nestrpljivost, koja osujećuje energiju vaše namjere. Trebali biste biti ustrajni, ali opušteni, usredotočeni, ali prilagodljivi - po pitanju svojih planova i ciljeva.

Nedavno sam čula dobru metaforu za takav način razmišljanja. Svaki zrakoplov pri uzlijetanju mora prijaviti svoje odredište i plan leta, ali situacija, poput lošeg vremena ili tehničkih teškoća, katkad iziskuje neočekivane promjene. Zrakoplov tada mora zaobići oluju ili čak sletjeti na drugo odredište.

Slično se može dogoditi i s vašim nastojanjem da ostvarite uspjeh. Odredište je vaš cilj, a plan leta je vaš plan djelovanja. Okolnosti, nužnost ili nadahnuće u bilo kojem trenutku mogu vas potaknuti na uvođenje važnih izmjena. Bez obzira na to je li posrijedi tek neznatna promjena vašega puta ili razmatranje potpuno novog odredišta, morate biti spremni ostvariti potrebne promjene.

Bruce Ismay je 1914. godine imao cilj ostvarenja najbržeg putničkog prekoatlantskog putovanja. Unatoč upozorenjima o ledenjacima, brzina i put broda nisu promijenjeni. Ismayev novi brod *Titanic*, tada vrhunsko djelo tehnologije, nije ostvario svoj cilj, već je potonuo na svojem prvom putovanju te sa sobom odnio 1500 putnika i članova posade (kao i Ismayev posao i ugled).

Ne potapajte svoje nade i snove u ledenim vodama neprilagodljivosti i nestrpljivosti. Možda ćete morati promijeniti smjer - ili čak odredište - ali ako ste spremni na ponovnu procjenu, razmatranje i prilagođavanje, bit ćete sposobni ostvariti svoju sudbinu. Ostanite otvoreni za mnoge mogućnosti koje vam Univerzum nudi, prihvatite ih i nastavite dalje. Vaša će se odlučnost isplatiti!

### ***Moćustrajnosti***

Mnogi ljudi nisu željeli odustati unatoč teškoćama i porazu. Slijedi tek nekoliko primjera:

- Nakon što je Clark Gable u Hollywoodu ostvario nekoliko manjih uloga, jedan ugledan filmski producent rekao mu je da nikada neće imati karizmu glavnog glumca. Gable je ostvario jednu od najželjenijih glavnih uloga u povijesti kinematografije - ulogu Rhetta Butlera u filmu *Prohujalo s vihorom*.



- Nelson Mandela u zatvoru je proveo dvadeset i sedam godina. Izašavši iz zatvora, ponovno se posvetio okončavanju apartheida u Južnoj Africi. Primio je Nobelovu nagradu te je na prvim općim izborima u Južnoj Africi izabran za predsjednika države.
- Michael Jordan izbačen je iz srednjoškolske košarkaške momčadi.
- Stephen King jedva je "spajao kraj s krajem" jer su izdavačke kuće uporno odbijale njegove romane. Radio je u praonici rublja i s vremenom je dobio posao učitelja, ali su ga odbijanja toliko ispunila ogorčenjem da je bacio jedan cijeli roman. Ta je knjiga bila *Carrie*. Njegova je supruga sačuvala rukopis, po kojemu je snimljen film, jedno od njegovih brojnih iznimno uspješnih djela.
- Rane radove dr. Seussa odbilo je više od dvadeset izdavača. Nakon što je njegova knjiga prihvaćena u dvadeset i četvrtom pokušaju, njegova su se djela prodavala u milijunskim nakladama te obogaćivala živote djece širom svijeta.
- Jerryja Seinfelda kritičari su strogo kritizirali kad se počeo baviti *stand-up* komedijom, ali je on ipak dobio glavnu ulogu u jednoj od najpopularnijih humorističnih serija svih vremena.
- Guglielmo Marconi od obitelji je posudio novac za ostvarenje bežične telegrafije. U to je vrijeme vladalo vjerovanje da se elektromagnetski valovi ne mogu poslati dalje od obzorja pa je znanstvena zajednica odbacila njegovu zamisao. Bilo mu je potrebno šest godina da pošalje prve signale preko Atlantika. Nagrađen je Nobelovom nagradom i postao poznat širom svijeta.
- Conrad Hilton želio se baviti bankarstvom, ali kad je njegova ponuda za kupnju banke odbijena, kupio je hotel. Postupno je uložio u još nekoliko hotela, a tada u vrijeme velike gospodarske krize izgubio sve osim jednoga. Bio je toliko duboko

u dugu da ga je računovođa preklinjao da objavi bankrot. Hilton je to odbio i stvorio multimilijunski lanac hotela sa svojim imenom.

Navedeno je samo nekoliko od nebrojeno mnogo slučajeva ljudi koji su ustrajali unatoč slabim izgledima i katkad naizgled nesavladivim teškoćama. Ako ni vi ne želite odustati, mogli biste se pridružiti tim ljudima, a vaše ime može nastaviti niz imena kao što su George Washington, Charles Dickens, Albert Einstein, Florence Nightingale, Joseph Pulitzer, Abraham Lincoln i Oprah Winfrey. Ti odlučni pojedinci nisu željeli dopustiti da ih nevolja svlada.

### *Zeko uspjeha*

Promidžbena kampanja za popularne baterije prikazivala je malog ružičastog plišanog zečića koji prolazi kroz kojekakve zahtjevne situacije. Nepokolebljivi zeko okrenuo bi se na peti i nastavio dalje i dalje.

Vaša težnja uspjehu trebala bi se temeljiti na jednako nepokolebljivoj energiji i namjeri. Po pitanju svojih snova i želja trebali biste biti nalik tom zečiću! U tome će vam pomoći sljedeće strategije, koje mogu održavati vaše namjere i energiju u entuzijastičnom djelovanju.

- **Što god se dogodilo, nemojte posumnjati u sebe.** U namjeri ostvarenja uspjeha nema mjesta samokritici ili nesigurnosti. Vaša svijest i energija *moraju* odjekivati samopouzdanom odlučnošću - koliko god dugo je potrebno.
- **Uvijek imajte na umu da vaš uspjeh ne ovisi ni o kojem pojedinačnom događaju.** Ni jednom projektu ili pitanju nemojte pridavati preveliku važnost jer na taj način stvarate očajničku energiju koja odbija vaš željeni ishod. Uvijek postoje druge mogućnosti pa odaberite jednu i nastavite dalje.
- **Ne budite nestrpljivi.** Pripremite se i uživajte u ostvarivanju svojih planova - i u svojem životu. Vaša smirena i ustrajna energija lakše će privući uspjeh nego bilo koji pojedinačni cilj.

- **Odustanite od uvjetnog samoprihvatanja.** Prestanite se uspoređivati s drugima ili im zavidjeti; ti vas pristupi čine malenim i neprivačnim. Ako živite bezuvjetno, privlačite na isti način.
- **Nemojte biti usredotočeni na ono što nije u redu; usredotočite se na ono što je dobro i nastojte to ponoviti.** Ako nešto ne funkcionira, odustanite i obnovite svoju odlučnost ustrajnosti.
- **Živite u zahvalnosti.** Opažajte, uvažavajte i slavite ono što imate u svojem životu. Nezadovoljstvo se širi pa se stoga osvrnite uokolo i budite zadovoljni.
- **Razradite raspored, ali ne određujte rokove.** Ako nešto potraje duže, ne odustajte; jednostavno nastavite dalje.
- **Odustanite od žaljenja.** Čeznutljivo razmišljanje o prošlosti pojačava otpor u sadašnjosti. Prestanite se izjedati zbog pogrešaka iz prošlosti i gledajte u budućnost.
- **Iskoračite iz svoje zone udobnosti.** Riskirajte - učinite nešto novo, drukčije i odvažno! Oslobodite se straha i okušajte se.
- **Zastoje nipošto ne određujte kao svoje neuspjehe.** Neuspjeh se često naziva skupom školom. Kad ustanovite što ne funkcionira, možete ustanoviti što *funkcionira* - i približiti se ostvarenju svojih snova.
- **Budite iskreni prema sebi.** Realno ustanovite što biste trebali promijeniti. Promjena može biti bezopasna i donijeti uspjeh pa uvijek budite prilagodljivi, otvoreni i iskreni.
- **Održavajte hrabrost.** Probleme ili zastoje nikada nemojte shvaćati kao razloge za povratak starim, ograničavajućim vjerovanjima. Univerzum je obilan; u budućnost gledajte bez straha.
- **Održavajte osjećaj zaslužnosti.** Što god se dogodilo, vi i dalje zaslužujete najbolje. Uvijek to potvrđujte i budite spremni učiniti što god je potrebno da biste to ostvarili.

- **Ne odustajte!** Ustrajte unatoč svemu. Vjerujte, budite otvoreni za čudesne mogućnosti i očekujte čudo. Ili, još bolje, *budite čudo.*

Imala sam prijateljicu vrtlaricu koja je uzgajala rijedak bambus, biljku kojoj je potrebno mnogo vremena da postigne zrelost. Najprije raste korijenje, a potom, nakon mnogo, mnogo vremena, nikne biljka. Ali, ona je bila ustrajna, zalijevala je zemlju, plijevala je i čak razgovarala s njom kako bi potaknula rast biljke koja se trebala pojaviti.

Njezini prijatelji i članovi obitelji smatrali su je sumanutom jer je to radila više od četiri godine, bez vidljivih rezultata. Rekli su joj da njeguje praznu zemlju i pitali su se kako ne uviđa da je biljka očito uvenula. Ali, ona je ustrajala jer je poznavala osobite zahtjeve te vrste.

U petoj godini bambus je napokon niknuo. Štoviše, u jednoj je godini izrastao gotovo petnaest metara! Cijelo vrijeme dok ju je njegovala, biljka je razvijala korijenje koje će biti dovoljno jako da podrži brz rast.

Njegovanje vlastitog uspjeha iziskuje istu vrstu ustrajnosti. *Vaš sadašnji rad razvija korijenje razmjerno vašem uspjehu.* Stoga budite strpljivi i ustrajte! Ako stvorite čvrste temelje, vaš će se uspjeh ostvariti, jak, plodan i divan u punom sjaju!

#### AFIRMACIJE ZA NEPOKOLEBLJIVU USTRAJNOST

- Što god bilo potrebno, voljan sam ustrajati.
- Postojan sam, ali prilagodljiv, odlučan i posvećen. Nastavljam djelovati - unatoč svemu.
- Svaka je teškoća tek nova mogućnost. Na svakom koraku obnavljam svoju odlučnost i usredotočenost.
- Napredujući prema svojem cilju, procjenjujem svoj put i uvodim potrebne prilagodbe. Nastavljam dalje unatoč svemu.
- Odustajem od nestrpljivosti. Održavam stav uspjeha u svemu što činim. Vjerujem i nastavljam dalje.

## JEDINI PUT PREMA USPJEHU

Kad postignete veću usklađenost s univerzalnim zakonima privlačenja, nedvojbeno ćete osjetiti kako vam se energija mijenja. Počet ćete opažati i promjene svijesti, a s vremenom će se promijeniti i vanjske varijable vašega života. Ali, najvažnija će biti preobrazba emocionalne kvalitete svega što doživljavate, sveobuhvatna radost koja će ispuniti vaš život.

Taj proces promjene energija i stavova stvara domino efekt po pitanju vašeg očitovanja. Kad promijenite viđenje, postajete sretniji, što mijenja vašu osobnu energiju, a to na posljetku mijenja ono što ćete privlačiti u svoj život. Neprekidno i neograničeno očitovanje na taj se način temelji na stalnoj namjeri stvaranja sreće u sadašnjem trenutku. Stoga *budite* uspjeh koji priželjkujete; živite u radosti koju želite postići. Odmah zauzmite stav da je vaš život čudesno divna pustolovina - čak i u ovom trenutku.

# ŽIVLJENJE U RADOSNOJ, USPJEŠNOJ SVIJESTI

## *Jedini put prema uspjehu*

*"... ushićenje se opaža samo podignuta pogleda. Ovaj je svijet  
uzbudljivo... Divni trenuci čekaju iza svakog ugla."*

Richard M. DeVos

Kako vam je prošao dan? Jeste li bili onoliko sretni, smireni ili radosni koliko biste željeli biti? Ako niste, što bi se trebalo dogoditi da biste se tako osjećali? Odmah razmislite o odgovorima na ta pitanja i zabilježite ih u dnevnik. Budite iskreni prema sebi jer bi vaš uspjeh mogao ovisiti o tim odgovorima.

Možda smatrate da biste bili sretni kad biste imali više novca, više stvari ili možda kad biste bili u ljubavnoj vezi; ili možda vjerujete da bi vam novo radno mjesto ili posve nova karijera mogli donijeti radost i ispunjenje kojemu težite. Budite oprezni! Te vas misli samo čine nezadovoljnim u sadašnjem trenutku te osujećuju i vašu energiju i vašu čistu namjeru. Paradoks je jasan: vaši zaključci o tome što vam je potrebno da biste bili zadovoljni, zapravo uništavaju svaku mogućnost istinske radosti u sadašnjem trenutku. Umjesto toga stvarate ispraznu,

bolnu svijest potrebitosti, koja sprječava pritjecanje upravo onoga što želite.

Stjecanje bogatstva i materijalnih dobara nemojte pogrješno poistovjetiti sa srećom. S energetskog stajališta novac ne donosi sreću. Vaša vam sreća donosi obilje! Zadovoljstvo koje već imate u životu, privlači ono za što smatrate da će vam donijeti još više užitka. To je zapravo dobra vijest jer s tim stavom više ne morate čekati sreću. Štoviše, ako želite stvoriti istinski uspješnu svijest, više ne smijete odgađati uživanje u životu.

Ali, to ne smijete doživljavati kao mukotrpan trud. Neki ljudi zapravo ne znaju biti istinski sretni - u djetinjstvu to nisu vidjeli, a kao odrasle osobe nisu naučili prepustiti se sreći. Nezadovoljstvo za njih postaje način života i, koliko god se to doimalo čudnim, poznatost toga stanja stvara svojevrsnu suludu ugodu. Taj jad, koji se održava sam po sebi, može se doimati kao put najmanjeg otpora, ali održavanje životnog nezadovoljstva zapravo iziskuje mnogo više energije i truda nego učenje zadovoljstva.

Nastojanje stvaranja radosti nipošto ne bi smjelo biti vezano uz ostvarenje vaših ciljeva. Pa ipak, mnogi ljudi toliko očajnički žude za materijalnim da čak i ne očekuju ili ne žele zadovoljstvo sve dok ne postignu ono za čime žude. Taj je pristup životu vrlo djetinjast i emocionalno nezreo. To je odrasla inačica dječje izjave: "Uzimam svoju loptu i idem kući." Ako ne dobijete ono što želite i ne želite se pridružiti igri, odvajate se od univerzalne struje te onemogućujete sreću koju biste mogli iskusiti kad biste se jednostavno prepustili i uživali u sadašnjem trenutku.

To me podsjeća na moje iskustvo s trogodišnjim nećakom. Odvela sam ga u restoran i dok smo čekali naručeno jelo, on je izvadio svoje lutkice akcijskih junaka koje je uvijek nosio sa sobom za slučaj da se poželi igrati. Među njima su bila čudovišta i druga jeziva stvorenja te otprilike desetak Power Rangera različitih veličina i boja.

Počeo je postavljati Rangere za beskrajnu bitku sa zlom, a tada se odjednom rastužio i namrštio. Prekrižio je ruke i rekao: "Neću se igrati." Kad sam ga upitala zašto, rekao mi je da je crvenog Rangera ostavio kod kuće. Rekla sam mu da ima još mnogo jakih i jednako moćnih boraca, ali se on ipak nije želio igrati.

Nakon nekoliko minuta tišine rekla sam mu: "U redu, zaboravimo to i igrajmo sretnu igru." Igrali smo je tako što bismo naizmjenice govorili u čemu uživamo. Uvijek bismo započinjali prilično razborito i navodili užitke poput grudanja ili sladolednih kupova. Međutim, s vremenom bismo nedvojbeno spali na krajnje šašave pojmove, odnosno stvari poput sendviča sa šmrkljima ili juhe od paukovih crijeva.

Moj je nećak rado igrao sretnu igru, ali taj put nije odustajao. Pokušala sam ga nagovoriti rekavši: "Hajde, zar ne želiš igrati sretnu igru? Možemo izmišljati najgore stvari. To će te usrećiti!"

On je samo sjedio i odmahivao glavom. Na posljétku je rekao: "Bez svojega crvenog Rangera ne želim biti sretan!" Radije je oplakivao nedostatak nego da uživa u onome što mu se nudi.

Iznenadujuće - i tragično - ta reakcija nije ograničena na djecu. Mnoge se nevesele odrasle osobe osjećaju upravo tako. Ako ne dobiju upravo ono što žele, glatko odbijaju biti sretni. Njihova odrasla inačica kaže otprilike: "Kako mogu uživati u životu ako nemam supruga?" Ili: "Ako ne dobijem novac koji želim, nikada neću biti sretan."

Zašto je toliko teško uživati u iskustvima? Zašto je toliko mnogo ljudi - u jednoj od najbogatijih kultura i u najvelikodušnijem razdoblju povijesti - krajnje očajno? Odgovor nalazimo u dva važna izbora koje smo skloni donositi. Prvi je odluka da osuđujemo umjesto da cijjenimo. Na taj način nastaje jaz između naših očekivanja sreće i stvarnoga doživljaja sreće.

Druga pogreška je življenje u zavisti umjesto u zahvalnosti. To može postati kroničan, razoran sindrom uslijed kojega je naša svijest usredotočena na ono što drugi imaju pa našu sreću izjeda mučna ogorčenost zbog onoga što nam nedostaje.



Ljudi su skloni tražiti zabavu u iznimnim aktivnostima svojih života pa često odbacuju potencijal za radost u svim drugim trenucima. To stvara sve veći jaz između kvalitete njihove svakidašnje rutine i doživljaja "osobitih" trenutaka. Zamislite kakvu svijest o svakidašnjem životu stvaraju na taj način! Ako veličate samo neuobičajeno i odbacujete uobičajene radosti, najveći dio života neizostavno morate doživljavati zjapeću prazninu.

Zadovoljstvo izostaje kad u beskrajnom nizu životnih aktivnosti i zadataka nalazite vrlo malo vrijednosti - i još manje nade u radost. S takvim stavom život možete doživljavati samo kao opterećenje, samonametnuto negativno određenje koje će vam jamačno donijeti nezadovoljstvo, odašiljući očajničku energiju kojom ćete privući još više nevolja.

Sreću možete pronaći kad odlučite cijeniti *sva* iskustva svojega života. Svemu - uključujući svakidašnje aktivnosti - možete pristupiti sa stavom vedrine. To ne može biti tek privremeni prioritet. To bi trebala biti sveobuhvatna namjera da svoje dane započinjete i završavate u energiji zahvalnosti, neovisno o tome što vam je taj dan donio.

Vrijeme je da prazninu ispunite zadovoljstvom, da unesete radost u svaki trenutak svojega života i sva svoja iskustva učinite osobitim. Ne prihvaćajte stav da je život opterećenje jer takav stav stvara previše mračnu energiju na koju Univerzum ne može pozitivno odgovoriti. Odaberite posve nov pristup svojim aktivnostima, znajući da je vaš put prepun mogućnosti za doživljavanje mira i uvijek birajte vrijednost - čak i danas, čak i sada.

Istočnjačka izreka kaže: Cijepaj drva, nosi vodu! To jednostavno znači da je cijeli život meditacija, mogućnost opažanja mira i ljepote čak i u najmanjim pojedinostima. To je najviši izraz energije zahvalnosti, a stvara laganu, fluidnu svijest kojoj je najvažniji sadašnji mir kao najčišći oblik uspjeha. To je stanje lijepo dočarano u srednjovjekovnoj pjesmi "Zumbuli":

*Ako te tvoji bogovi napustiše,  
a u skromnoj ostavi  
imaš još samo dva hljeba,  
prodaj jednoga i od te male zarade  
kupi zumbule da nahraniš dušu.*

Zumbuli su moje omiljeno cvijeće, a svake godine kad ih donesem u kuću, cijeli prostor ispune divnim mirisom proljeća. Zapanjujuće je kako takva sitnica može donijeti toliko mnogo radosti i zahvalnosti! Bez obzira na razlog, uvijek se možete osvrnuti oko sebe i zapitati se: *Što hrani moju dušu?* Zamislite kakvu biste divnu energiju stvarali kad biste cijeli život mogli doživljavati sa stavom spokojne zahvalnosti. Vaša bi rezonancija unutarnje sreće bila doista neodoljiva!

Izostanak nezadovoljstva stvara velik raskorak u našem doživljaju života. Drži nas u kroničnom razmišljanju "sve ili ništa", očajnima u vjerovanju da smo zaglavljani u besmislenoj praznini kad god ne doživljavamo duboki zanos. Moramo upamtiti da, bez obzira na to što se događa, radost možemo doživljavati samo u sadašnjem trenutku.

Nalaženje užitaka ne znači neprestano prepuštanje tjelesnim žudnjama; posrijedi je dublje zadovoljstvo koje proizlazi iz duboke zahvalnosti za sadašnji trenutak. Istinska sreća je izbor - a ne nešto što nam se jednostavno dogodi. Odabравši veselje u sadašnjem trenutku, stvaramo energiju koja održava tu emociju uvijek i na svakom mjestu.

Vrijeme je da počnete paziti na svoj osjećaj zadovoljstva. Ne propuštajte mogućnosti za mir samo zato jer ne želite cijeniti osobitost svakog dana svojeg života. Izbor je na vama: ne morate čekati; usudite se odmah biti sretni.

### ***Salierijev sindrom***

Film *Amadeus* fiktivan je prikaz života Wolfganga Amadeusa Mozarta. Uz prikaz Mozartove genijalnosti obuhvaća i priču o Salieriju, skladatelju suvremeniku glavnog lika. Bio je cijenjen na bečkom dvoru, ali je, prema filmu, zavidio Mozartu na njegovoj darovitosti. S vremenom je postao opsjednut tim samonametnutim nadmetanjem,

zbog čega je sve više očajavao. Osjećao je kao da se ne može nadmetati s ljepotom suparnikovih skladbi, što je uništilo njegovu sposobnost da bude sretan. Premda se povjesničari ne slažu po pitanju njihova odnosa, ta je priča sjajna metafora za očaj koji mnogo ljudi danas osjeća - odnosno za stav nadmetanja koji rađa zavišću prema onima koji imaju više. Umjesto da tijekom godina oslabi, doima se da ta emocija jača i širi se na ljude svih dobi, posvuda. Štoviše, što se više ljudi bogati, a njihovo je bogatstvo očito svima, sve više ljudi razmišlja u kontekstu *zašto ne ja?* Ali, želja za onime što drugi imaju izjeda vašu dušu. To prerasta u kronično, mučno nezadovoljstvo, prizmu svijesti koja može uništiti vašu namjeru uspjeha.

Zbog zavisti se ogorčeno uspoređujete s onima koji su postigli ono što vi niste. To žarište samoosušivanja prouzrokuje nezadovoljstvo u sadašnjem trenutku i beznadan pogled u budućnost. Krajnji je paradoks da ta opsesivna zabrinutost zbog nedostatka samo povećava nedostatak. Negativna energija uvlači se u vašu svijest i može postati način života, sve dok ne budete vidjeli samo emocionalne krhotine neprestanog nezadovoljstva. Emocionalno, energetski i na sve moguće načine zavist je bezdan očaja.

Stara izreka kaže: Ako se zateknete u rupi, prestanite kopati. To je dobar savjet po pitanju ove jame žalosti. Ako osjećate da vam nešto nedostaje, taj će vas osjećaj samo uvesti dublje u tu stvarnost, iz koje se možete izdignuti promjenom žarišta. Na posljetku, ako raste ono na što smo usredotočeni, očito nije uputno usredotočiti se na ono što nam nedostaje i na ono u čemu drugi uživaju. Vaša opsesivna usredotočenost na ono što drugi imaju zapravo stvara energiju koja *njima* - a ne vama - šalje još!

Umjesto toga možete biti sretni zbog tuđih života. I, što je još važnije, možete se usredotočiti na ono što *sami* posjedujete i biti zadovoljni. Više ne morate ustrajati u vjerovanju da vam je potrebno više kako biste bili zadovoljni. Umjesto toga možete prihvatiti stajalište da ćete dobiti više kad prihvatite radost. Zadovoljstvo vam donose vaša vjerovanja, a ne materijalne stvari.

Ako niste zadovoljni, to nije zato jer nemate odgovarajući posao, automobil ili kuću; nezadovoljni ste jer nemate odgovarajući stav ili vjerovanje. Ako vam osvrtna vlastiti život donosi potištenost, ne morate promijeniti okolnosti svojega života, već samo svoje shvaćanje tih situacija. Trebali biste izabrati iskrenu zahvalnost za ono što *imate* - sada.

Ta promjena energije presudno je važan korak prema stvaranju svijesti o uspjehu. Prestanite biti zarobljenik vlastite potrebe za nadmetanjem; prestanite biti žrtva žudnje i nedostatka. Ne morate se držati autodestruktivnog uvjerenja da vam samo određeni predmeti mogu donijeti radost. Vi imate moć okončati zavist i osloboditi se Salijerijeva sindroma; imate mogućnost uživati u sadašnjem trenutku i pronaći zadovoljstvo. Vrijeme je da odustanete od očajničke težnje, osuđivanja i beskrajnog nadmetanja te da napokon shvatite kako je sadašnji trenutak vaša jedina točka potencijalne sreće.

### *Čimbenik sreće*

Vaša je svijest neprestano u procesu stvaranja! Njezinu biste energiju trebali usmjeriti željenim emocijama i doživljajima, a ne stanjima kojih se želite osloboditi. Ako ste neprestano usredotočeni na probleme, upravo ćete to privući - više problema. Umjesto toga morate se usredotočiti na rješenja. Zamislite rezultate i vizualizirajte pozitivne ishode te živite u istinskoj sreći kao sadašnjem svjetonazoru. To znači da se morate sami sebi skloniti s puta te prestati poricati i odbacivati sreću koju biste već mogli imati. Opažajte dobro u sebi i oko sebe te očekujte da vam Univerzum pošalje još.

Uspjeh je posljedica vašega doživljaja procesa - ne samo u težnji ostvarenja sna, već i u rutinskim postupcima vašega života. U temelju svake osobne težnje nalazi se želja za radošću, ali istinsko postignuće ostvarujemo ako to svaki dan činimo. *Sreća nije rezultat jednadžbe, već njezin čimbenik.* Stoga neizostavno morate uspostaviti radostan pristup životu ako želite stvoriti dinamičnu svijest o uspjehu. To je toliko važno da mora biti prvo u čemu ćete nastojati uspjjeti ako želite napredovati.

Dva su preduvjeta za uspješan život:

1. **Morate biti voljni osloboditi se onoga što sputava vašu energiju i čini vas nezadovoljnim.** Dvije najvažnije prepreke kojih se morate biti spremni osloboditi jesu osuđivanje i strah od budućnosti. Istinska sreća ne može supostojati s takvim mislima i s posljedičnim emocijama. Morate biti odlučni u odbijanju takvih energija pa intervenirajte čim se zateknete u osuđivanju, kritiziranju samoga sebe ili zamišljanju katastrofe. Ponavljajte: "Stani. Odustani. Diši." Izgovorite to naglas ako možete, ili barem izgovorite mentalno. Potom duboko udahnite i oslobodite se te misli. Činite to koliko je god potrebno sve dok ne počnete spontano odolijevati strahu ili osuđivanju.
2. **Sadašnjost morate cijeniti koliko god možete te nastaviti raditi na svojim ciljevima za budućnost.** Takva zahvalnost proizlazi iz izbora opažanja vrijednosti svojeg cijelog života i svojeg istinskog jastva već sada. Možete napredovati prema svojim snovima, ali ne možete čuvati zahvalnost za neki budući događaj. Morate je *odmah* izražavati nesputano, iskreno i bezuvjetno.

U *Čarobnjaku iz Oza* Dorothy, Strašilo, Strašljivi Lav i Limenko očajnički traže Smaragdni grad. Traže različite stvari koje će ih usrećiti, a doznali su da im veliki i moćni Čarobnjak, koji živi u Smaragdnom gradu, može dati to što žele. Kad stignu na odredište, otkrivaju da je on običan čovjek skriven iza dima, ogleдалa i tanašne zavjese.

U potrazi za uspjehom i mi tražimo Smaragdni grad. Kao i Dorothy te njezina tri prijatelja, vjerujemo da su naša rješenja u nekom dalekom postignuću, u nekom dalekom, uvjetovanom cilju. S takvim zabrudama krećemo na put na kojemu ćemo biti prisiljeni suočiti se s tornadima očaja, sa zlim vješticama zabrinutosti i s letećim majmunima vlastitih strahova. Možemo nastaviti tim putem ili možemo odmah naučiti ono što je Dorothy otkrila nakon vrlo teškoga puta: rješenje je u nama - i uvijek je bilo u nama. *Sreća nije budući događaj, već sadašnji izbor. Uspjeh nije određeni ishod, već način života.*

## *Zabavljanje na igralištu Univerzuma*

Ono što doista pomaže odašiljati najvišu energiju prožeto je stavom zaigranosti, koji se proteže na sve što činite. To je bezbrižna i radosna namjera, pristup koji u vaš život može donijeti živahniju rezonanciju. Umjesto da u danu pred sobom vidite beskrajno mučenje, možete odlučiti zabavljati se - i čak igrati. Oslobodite se užasavanja nad kućanskim poslovima. Kakvu energiju time održavate u svojem životu? Umjesto da jadikujete jer morate čistiti kuću, potvrdite svoju zahvalnost jer imate dom!



Zadacima pristupajte s više kreativnosti i užitka te tražite ljepotu u svojem okružju. Slušajte nadahnjujuću ili uzbudljivu glazbu, kupite si cvijeće te plešite i pjevajte dok radite. Sjetite se da vas - i vašu sudbinu - najviše određuje vaša svakidašnja energija.

Ako u zadatku koji obavljate ne nalazite nimalo užitka ili vrijednosti, dovedite radost u svoj um tako što ćete se prisjetiti nečega lijepog iz prošlosti ili pročitati svoj popis zahvalnosti. Prisjetite se veselog mjesta, zabave ili nekoga osobitog te obnovite zadovoljstvo u svojem životu. Budite spontaniji i razigrani sa svojim namjerama. Životne situacije nastojte doživljavati manje ozbiljno i manje osobno. Nemojte sve usmjeravati prema sebi - osobito ne negativnosti.

Opustite se i živite s radošću. Više se zabavljajte i počete ćete opažati istinsku razliku u svojem stavu. Kad sam prvi put pokušala uvesti energiju zaigranosti u svoje zadatke, bavila sam se rubljem. To sam uvijek shvaćala kao opterećenje pa sam željela promijeniti svoju energiju.

Budući da sam bila sama kod kuće, plesala sam s košarom i počela razgovarati sa svojom odjećom, pitajući je ima li kakav prijedlog da taj zadatak učinim zabavnijim. Doista sam to izgovorila! Odjeća, srećom, nije odgovorila, ali je to bilo toliko šašavo i zabavno da sam odlučila nastaviti. Rekla sam joj da je nosim na kupanje, poslije kojega će se osjećati jako dobro jer će biti čista.

Ali, kad sam premještala odjeću iz perilice u sušilicu, shvatila sam da moja omiljena ljubičasta čarapa nedostaje. Uzela sam onu koju sam pronašla i počela je ispitivati: "Što si učinila da te je partner ostavio? Vidjela sam te kako se motaš oko onih gaća!"

To me je nasmijalo! Bavila sam se rubljem i smijala se. (Dakako, bilo mi je drago da me moji klijenti nisu vidjeli u tom trenutku.) To mi iskustvo nije promijenilo samo cijeli dan, već i moj stav o pranju rublja te o mnogim drugim kućanskim poslovima. Uvidjela sam da bih, umjesto užasavanja i preziranja, doista mogla uživati u mnogočemu što sam do tada doživljavala kao besmislen posao. Premda se može doimati doslovce šašavim, to može potpuno promijeniti vašu energiju - pa si stoga za promjenu dopustite zabavu!

### KVANTNO ŠKAKLJANJE

Smijeh je iznimno privlačna energetska vibracija i trebali bismo mu se prepuštati što češće. Istraživanja pokazuju da je to jedna od malo-brojnih aktivnosti koje potiču električne impulse u svim dijelovima mozga. Osim toga, smijeh izoštrava vaše razmišljanje, potiče kreativnost, ublažava stres, pojačava energiju i čini vas učinkovitijima. Redovito smijanje povisuje razinu serotonina i pojačava osjećaj zadovoljstva. Ujedno odašilje pozitivnu energiju poput lansiranja rakete!

Stoga si dopustite pravi grohot. Otkrijte dijete u sebi. Ako vam ne uspije od prvoga pokušaja, prijevarom se navedite na sreću hineći osmeh. Vaš mozak ne opaža razliku. Proizvest će endorfme te vam popraviti raspoloženje i promijeniti vašu rezonanciju. I, što je najvažnije, to će promijeniti vaše opažanje - što mijenja vaše stvaranje svijesti. Stoga se oslobodite starih inhibicija i prihvatite rizik zabavljanja. Smijeh ne iziskuje mnogo truda, ali je doista vrijedan jer stvara svijest blaženstva te sretnu, privlačnu energiju.

Poticaj na održavanje vedrine nije klišej, već energetska moć. Radosno življenje povisuje vašu rezonanciju i stvara upravo onu emociju koju pokušavate postići uspjehom. Usklađivanje emocionalne vibracije najdinamičniji je način privlačenja postignuća. Univerzalni su zakoni jasni: vaš stav o životu oblikuje vaš život.

Sami odlučujete hoćete li svoju sudbinu oblikovati pesimizmom ili optimizmom, nezadovoljstvom ili uživanjem - a tu odluku donosite mnogo, mnogo puta dnevno. Stoga započnite stvarati oduševljenje i Univerzum će odgovoriti blaženstvom. Uvijek imajte na umu da se istinski živa svijest uspjeha stvara svakidašnjim obnavljanjem optimizma, ljubavi prema sebi i radosne energije u sadašnjem trenutku.

### *Kvantna karizma*

Sada ste - i uvijek ćete biti - u procesu stvaranja svijesti. Stvorite novu, uspješnu predodžbu o sebi. *Budite* ta predodžba - i vjerujte u nju! Održavajte je bliskom i jasnom te je svaki dan obnavljajte. Kad se utvrdi u vašoj svijesti, postat će vaša nova stvarnost. Putovanje prema uspjehu je prije svega unutarnje putovanje. Unutra prebiva vaša svijest i iznutra izvire vaša energija; sve započinje u vama.

Kad pomislite na ljude koji imaju karizmu, opažate određene zajedničke značajke. Ti ljudi posjeduju *joie de vivre* ili životnu radost, koju prenose svima oko sebe i svemu što rade. Imaju mnogo energije i entuzijazma, a život im je prožet smirenim dostojanstvom. I vi možete odmah stvoriti takav stav te potpuno promijeniti smjer svojega života. Vaša moć izbora je vaše potpuno oslobođenje - možete izabrati radost, mir i entuzijazam u svakoj misli i opažanju. Budući da obrasci privlačnosti uvijek djeluju putem kretanja energije, to je najviša vibracija koju možete izabrati.

Vaša je svijest vaš obrazac za narudžbu sudbine iz kataloga Univerzuma jer otkriva čemu pridajete najveću važnost. Neovisno o tome jeste li usredotočeni na dugotrajan nedostatak ili na neograničeno obilje, Univerzum će nedvojbeno odgovoriti na vašu narudžbu pa se nipošto ne određujte problemom. Budite nepokolebljivo usredotočeni na rješenje. Ostanite usmjereni i odlučni prihvaćati samo blagotvorne i skladne misli i vaša će vas čista svrha povezati s božanskom namjerom i s univerzalnom strujom.

Svaka promjena koju ostvarite promijenit će smjer vaše svijesti, a čak i mala promjena svijesti može prouzročiti golemu promjenu vaše stvarnosti. Svijet je prepun beskrajnih mogućnosti, a veliko polje



mogućnosti želi vam poslati ostvarenje vaših snova; prestanite se opirati i otvorite se primanju. Vaša voljna namjera prožeta ljubavlju prema sebi dovoljna je za stvaranje otvorenog, nesputanog kanala do izvora svih uspjeha.

Kad se uskladite s univerzalnim zakonima, iskre uspjeha počinju frcati. Struja u zraku doslovce je električna. To je vaša kvantna karizma - vaša nepokolebljivo optimistična energija povezana s jasnom, svjesnom namjerom - i to je vaša najmoćnija sila za uspješno očitovanje. Tu živu moć posjedujete i u ovom trenutku, kao i sve bogatstvo potencijala koje nudi bezgraničan i nevidljiv svijet. Kad otkrijete blaženstvo i ljepotu koja je s vama sada i uvijek, postigli ste svoj *kvantni uspjeh* - radosnu zahvalnost za svaki trenutak života!

Blaženstvo u sadašnjem trenutku početak je i završetak vašeg uspjeha pa je vrijeme da se uzdignete i doživite ostvarenje svojih najvećih snova. Vaša se sudbina već oblikuje u energetskom području. Opažajte čudotvornu energiju u sebi i oko sebe i uskoro ćete doživljavati čudo za čudom.

#### AFIRMACIJE ZA ŽIVLJENJE U SVIJESTI O USPJEHU

- *Svaki trenutak mogega života je osobit. Radosna zahvalnost je moj stalni izbor.*
- *Sada i uvijek voljan sam mijenjati sve negativne vibracije straha ili ograničenosti. Moja trenutna optimistična svijest i moja sretna energija moji su najveći uspjesi.*
- *Sve što činim, doživljavam kao mogućnost uspjeha. Danas živim radosno.*
- *Sretan sam i odabirem svojemu životu pristupati sa stavom razigranosti. Smiješim se, više se zabavljam i prihvaćam više rizika!*
- *Cijenim sebe i svoj život. Odabirem afirmirati sebe i opažam sve svoje uspjehe.*

# POGOVOR

*Moć Univerzuma je vaša moć. Svjetlost Univerzuma je vaša svjetlost. Energija svih vremena i svih mjesta vibrira u vašoj vječnoj svijesti te vas uvijek vodi u skladne činove stvaranja.*

Svoju budućnost stvarate u ovom trenutku, marljivo radite u tvornici sudbine, proizvodite energiju, informacije i očekivanja, dijelove koji će biti sastavljeni u vaše vozilo budućih iskustava. To vozilo može biti jeftina krntija koju je neprestano potrebno popravljati ili divan luksuzni automobil koji vozi vrhunski i omogućuje vam ugodna putovanja na veličanstvena odredišta. To potpuno ovisi o vama jer ga sami stvarate, sastavljate i vozite u svakom trenutku svojega života.

Zbog toga je važno upamtiti sve što smo razmotrili u ovoj knjizi. Vi živite i krećete se u vrlo stvarnim obrascima energetskog svijeta pa ih nemojte odbacivati kao previše nerealne. Ono što je nedjelotvorno i nije vas dovelo onamo kamo želite stići, nastavlja vas voditi u istom smjeru!

Prepustite se tom procesu koliko god trajao i pokušajte ponovno pročitati ovu knjigu u različitim stadijima svojega puta prema uspjehu. Na svakom ćete stadiju posebnu pozornost posvetiti drugim informacijama. Nastavite s dnevničkim vježbama i podsjećajte se na sve moći koje su vam na raspolaganju. Tri su neizostavne ako želite promijeniti budućnost koju stvarate u ovom trenutku.

## *Tri ključa stvaranja sudbine*

Sve su moći presudno važne za stvaranje dinamične sudbine, ali tri temeljne sastavnice svoje prirode nikada ne biste smjeli previđati. Štoviše, toliko su važne da biste ih trebali razmatrati svaki dan - pa čak i svakih sat vremena ili češće! Sljedeći savjeti pomoći će vam primjenjivati ih u najvećoj mogućoj mjeri. U sklopu rutine uvijek imajte na umu tri presudno važna ključa stvaranja sudbine: svijest, energiju i namjeru.

### SVIJEST

Vaša svijest stvara vašu stvarnost pa morate biti pozorni i prepuštati se samo pozitivnim mislima. Rješenje je razvijanje istinskog znanja o smjeru vlastitog mentalnog žarišta. Ako ste usredotočeni na vrijednost i radost svojega života, ta će se iskustva razvijati razmjerno pozornosti koju im posvećujete. Upamtite sljedeće smjernice kako biste ostali na pravom putu:

- **Po pitanju svijesti ne budite zombi.** Uvidite o čemu razmišljate i kako će to utjecati na vašu budućnost. Samo *vi* možete upravljati sadržajem svoje svijesti.
- **Podsjećajte se na svoje mogućnosti po pitanju svijesti.** Nipošto nemojte opsesivno razmišljati o onome što nije u redu. Umjesto toga usredotočite se na ono što može biti *u redu* i utvrdite samo tu predodžbu.
- **U srcu i umu uvijek održavajte pozitivnu predodžbu samoga sebe.** Kad god se okomite na samoga sebe, sjetite se svoje nove, pozitivne samopredodžbe i samoodređenja utemeljenog na ljubavi.
- **Nikada nemojte biti više usredotočeni na ono što vam nedostaje nego na ono što imate.** Neka vam uvijek bude najvažnije potvrđivati vlastite vrline i sve dobro što posjedujete. Na taj način nastavljate očitovati više obilja u budućnosti.

- **Razmišljajte o svojim mogućnostima! Stvorite uzbuđljive predodžbe sreće i uspjeha u sebi i u svojoj budućnosti.** Sjetite se tih predodžbi nekoliko puta dnevno. Neka budu vedre, jasne i bliske; usredotočite se na njih i duboko dišite, osjećajući radost i uzbuđenje. Na taj ćete način u svojim živčanim putevima potaknuti vrlo stvarne reakcije, stvaranje neuropeptida i svjesna očekivanja.
- **Razmatrajte svoja očekivanja.** Svaku pesimističnu misao pretvorite u optimističan zaključako budućim mogućnostima. Sjetite se da je svijet prepun beskrajnih mogućnosti. Očekujte najbolje i s vremenom ćete to i dobiti!

## ENERGIJA

Energiju neprestano odašiljete i primete. Sve što vam se dogodi jest vraćanje onoga što odašiljete u svakom trenutku. Vaše misli, vjerovanja i emocije čak i u ovom trenutku odašilju vrlo jasne signale o tome tko jeste i što ste voljni prihvatiti u svojem životu. Ako želite privući uspješne situacije i ljude koji će vam pomoći u njihovu stvaranju, vaša rezonancija mora vibrirati zdravim vjerovanjima, pozitivnim mislima i istinski radosnim emocijama.

- **Uvijekbudite svjesni daneprestano stvarate energiju.** Energiju stvarate čak i ako toga niste svjesni. Stoga se što češće upuštajte u misli i vjerovanja koja će stvoriti pozitivne i privlačne vibracije.
- **Uvijek birajte podupiranje i poticanje samoga sebe te vjeru u sebe.** Energija samopouzdanja započinje samopoštovanjem. Ako svojim mislima i postupcima omalovažavate samoga sebe, pozivate svijet da čini isto. Uspjeh nikada ne odjekuje u skladu sa stavom sumnje u sebe pa stoga svaki dan afirmirajte svoju vjeru u sebe.
- **Birajte optimizam!** Pesimističan svjetonazor nema nikakvu energetska vrijednost. Što god se događalo oko vas, vi možete gledati dalje od problema i otvoriti se za primanje rješenja.

Razmišljajte o tome kako situacija može biti bolja, a potom djelujte u tom smjeru.

- **Otkrijte svoju istinsku svrhu.** Sjetite se da je dio vaše misije povezivanje s vlastitim duhom pa doznajte više o tome tko ste i zašto ste ovdje. A kad ustanovite, uvažavajte to!
- **Ostanite u sadašnjem trenutku!** Energetski gledano, vaše uporište moći jest sadašnji trenutak. Sjetite se da svaka nova sekunda nudi novu mogućnost promjene svijesti i energetske vibracije. Čak i ako ste prije minutu bili ispunjeni negativnošću, sada možete izabrati drukčiju vibraciju. Oprostite si i odustanite od prošlosti. Primjenjujte moć sadašnjeg trenutka kako biste stvorili čudesno lijepu budućnost.
- **Živite u ljubavi i dubokoj zahvalnosti.** To su najprivlačnije energije koje možete odašiljati. Šaljite ljubav ljudima koji vas okružuju i projektima kojima se bavite. Živite sa zahvalnošću za sve što imate i za sve što jeste. Vaša namjera uvažavanja i zahvalnosti privlači još više onoga za što ćete biti zahvalni.

## NAMJERA

Vaše namjere usmjeravaju vašu energiju i svijest te kao takve stvaraju žarište vaših životnih ciljeva. Istinski uspjeh proizlazi iz čiste motivacije, nikada iz straha. Ako ostvarenju svojih ciljeva težite zbog poboljšavanja svrhovitog i radosnog života, svojim ćete namjerama potaknuti velikodušan Univerzum da vam pomogne na sve moguće načine.

- **Svoje ciljeve nipošto ne određujte kao jedini izvor svoje sreće, vrijednosti ili određenja.** To neizostavno stvara nestrpljivosti i očaj - vrlo škodljive energije koje će onemogućiti ostvarenje vaših snova.
- **Ozbiljno razmotrite svoje namjere - vezane uz profesionalne ciljeve i uz svakidašnje aktivnosti.** Razmislite o tome zašto radite to što radite, a potom se zapitajte je li svaka

namjera čista ili je utemeljena na strahu. Ako je utemeljena na strahu, promijenite djelovanje ili razlog zbog kojega djelujete.

- **Pazite da vaše namjere nisu suprotstavljene.** Ako želite uspjeti u nečemu osobitom, morate biti sigurni da to doista želite. Također znajte da to zaslužujete i vjerujte da je izvedivo. Svoju narudžbu Univerzumu nemojte poništavati suprotnim sumnjama i vjerovanjima.
- **Odustanite od svake emocionalne vezanosti uz svoje ciljeve.** Odustanite od potrebitosti, nestrpljivosti i očaja; budite strpljivi, ali ustrajni. Pronađite zadovoljstvo u procesu i na posljertku ćete opaziti istinsku vrijednost.
- **Svaki dan živite sa svjesnom namjerom.** Namjeravajte živjeti radosno! Bez obzira na to obavljate li kakav uobičajeni zadatak ili ste zaokupljeni ostvarenjem svojih snova, činite to s čistom namjerom. Težite vrijednosti, miru, ljubavi i zahvalnosti.
- **Svaki dan utvrđujte namjeru povezivanja sa svojim izvorom ljubavi, s Univerzalnom Inteligencijom, sa suosjećajnim Božjim srcem.** Što tu živu svrhu više uvodite u svoj svakidašnji život, to će vaša energija biti bolje usklađena s neiscrpnim poljem svih mogućnosti.

### *Dijeljenje uspjeha*

Sve tri navedene sastavnice - svijest, energija i namjera - određuju vaš osobni uspjeh, ali nemojte zaboraviti da se vaša vibracija širi u svijet te sudjeluje u stvaraju sudbine čovječanstva. Nelokaliziranost toga utjecaja znači da imate moć posvuda. Štoviše, vaše uzvišenije namjere jednako utječu na uspjeh naše vrste kao i na vaš život.

Sva energija koju odašiljete, pokreće čovječanstvo u jednom od dva smjera - prema ljubavi i uspjehu ili prema mržnji i razaranju. Svaka osuda ili samokritika pojačavaju negativan zamah svijeta, dok svaka brižna misao pojačava pozitivan zamah. Čak i namjera okončavanja su-

koba u vlastitom umu sudjeluje u okončavanju sukoba na određenom mjestu u svijetu. Neosporna istina morfogenetskih polja zajedničke svijesti glasi: svi neprestano pridonosimo posljedicama za našu vrstu, određujemo bliske i daleke ishode. Kad svi naučimo vibrirati s više ljubavi, stvarat ćemo divne sudbine, ali i uzvišeniju, svjetliju vibraciju sudbine čovječanstva.

### *Dobre vibracije*

Ne zaboravite živjeti afirmativno. U svemu što mislite i činite uvijek razmatrajte svoje optimistične i poticajne mogućnosti. Započnite s izjavama na kraju svakoga poglavlja, a zatim dodajte svoje. Imajte na umu da je svaki sadašnji trenutak energetska mogućnost za vas pa uvijek birajte pozitivno viđenje samoga sebe, svojih ciljeva i svojega svijeta. Afirmirajte svoj život u svakoj prilici i Univerzum će odgovoriti na divne načine.

Ne odbacujte ovo kao idealističku uobrazilju jer je posrijedi znanstvena stvarnost koju doista ne možete zanemariti. Vaša energija nezaustavljivo vibrira u svakoj stanici i iskustvu. Uvijek, u svakom trenutku, imate mogućnost vibrirati na višoj, vedrijoj razini. U ovom trenutku možete donijeti izbor koji može zauvijek promijeniti vaš život pa izaberite stav prožet uzbuđenjem, radošću i očekivanjem. Uzdignite se iznad stare, nezdrave energije i uskladite se s novom vjerom u sebe i u svoj neograničeni svijet. Živite s predodžbom svoje divne budućnosti i uskoro ćete se naći u toj stvarnosti. Svoju sudbinu oblikujete u svakom trenutku svojega života. Budite sreća kojoj težite i doživjet ćete neopisivu ljepotu i blaženstvo!

# BILJEŠKA O AUTORICI

Sandra Anne Taylor savjetnica je u privatnoj psihologijskoj praksi već dvadeset i pet godina. Širom svijeta drži predavanja o energetskim zakonima očitovanja i o kvantnoj mehanici svijesti. Suosnivačica je govorničke i savjetodavne agencije Starbringer Associates, koja stvara audiotekaževu osobnog i poslovnog usavršavanja. Kao autorica bestseler *Secrets of Attraction* i audiotekaže *Act to Attract* te nekoliko naslova s područja usmjerene vizualizacije, Sandra Anne Taylor je poticajna i nadahnjujuća predavačica, a nastupa diljem Sjedinjenih Američkih Država, Engleske i Australije.

Živi u Ohiju sa suprugom i dvije kćeri posvojene u Rusiji. Suosnivačica je Zaklade Forever Families, neprofitne organizacije koja obiteljima pomaže u financiranju i proživljavanju procesa posvajanja. Aktivna je pobornica posvajanja starije djece iz inozemstva i Sjedinjenih Američkih Država te koordinatorica Projekta Hope, ljetnog programa smještanja siročadi u domove potencijalnih posvojitelja.

Ako želite više informacija ili želite dogovoriti predavanje, poslovni seminar ili privatno savjetovanje sa Sandrom, nazovite (440) 871-5448, ili je kontaktirajte putem adresa:

P. O. Box 362  
Avon, Ohio 44011  
[www.sandrataylor.net](http://www.sandrataylor.net)  
[www.starbringerassociates.com](http://www.starbringerassociates.com)