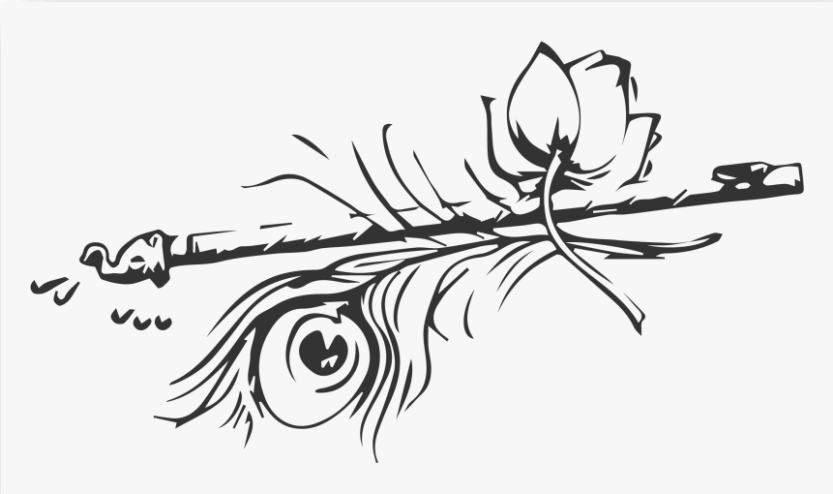
ДЕВЕТ ПИТАЊА КОЈА ЋЕ У ВАМА ПРОБУДИТИ ПРОМЕНУ



ПРОМЕНА је велики парадокс: све се мења, а истовремено се ништа не мења. Све јесте и све није у исто време. Универзум и сви ми у њему стално се мењамо, али и даље остајемо у границама себе.

Ако бисте се удаљили и гледали слику на свом зиду, и ако би вас питао да ли је потпуна, ви бисте, наравно, потврдно одговорили. Али ако бисте узели најбољи микроскоп на свету и погледали слику, открили бисте да у сваком делићу боје постоји читави универзуми који немају никакве везе с универзумом на другој страни слике. И у љубичастој се налазе ситне бубе, исто тако и у плавим и зеленим тоновима налазе се бактерије, а ако погледати сваки живи облик, биће више живих облика. Што даље и даље идете, примећиваћете у потпуној слици трилионе ћелија, које се бесконачно разилазе у свим правцима. Универзум се не завршава; само траје.

Ако бисмо могли да се вратимо довољно уназад и видимо универзум као слику, открили бисмо да је већ потпун. Цео је; целовит. Мора бити. А опет у њему, ако бисмо га разделили, видели бисмо да се толико тога дешава. Можемо применити и урадити шта год желимо у целовитости потпуне ствари – имамо слободну вољу и, у исто време, немамо је. Видимо промену која се дешава, али погледамо слику и она се нимало не мења.

Шта је потребно људима да би видели ширу слику? Шта је потребно да дођу до праве и трајне промене? Одговор на то је другачији за свакога. Неким људима су потребни терапеути и групе подршке, потребно им је да иду у центре за рехабилитацију, морају прочитати четиристо књига и мора све поново да се деси како бисе променили. Тако су људи саткани и то је у реду. Ако тако ваш унутрашњи систем ради онда, како год било, пратите га.

Другима је ово свакодневна борба. Важна ствар јесте да познајете себе, али и да знате како имате моћ да урадите шта год је потребно да бисте побољшали квалитет свог живота.

Следећа питања треба да нас воде нашим путевима без граница, уколико се замислимо над њима.

1.Ако бисте, изненада, открили да вам је преостало још шест месеци живота, како бисте променили свој живот? Шта бисте радили? Ако нисте знали да ће, за шест месеци, све бити готово, шта бисте другачије радили? Да ли бисте, на пример, остали на истом послу? Да ли бисте желели да ствари остану онакве какве су, или бисте покушали нешто ново?

Ово је добро питање, јер будућност није никоме додељена. Свако од нас има одређено време и оно прође у трептају ока.

Наравно, имате вероватно много више времена од шест месеци, али све и да имате неколико деценија, то је и даље кратак период. Па шта желите да урадите с тим временом? Да ли желите да допринесете свету? Желите ли да помажете другим људима? Желите ли да окончате неке стварне проблеме на овој планети? Да ли желите да покушате ствари које нисте никад раније пробали? Да ли желите само да се забављате и смејете више?

Који год одговор да вам падне на памет, он ће бити сугестиван. Саветујем вам да ризикујете и да урадите шта год желите. Само напред.

2. С ким бисте изабрали да живите, ако бисте могли да живите с било ким на свету и да немате заједничку прошлост с особом с којом тренутно живите? Замислите да вам је живот отпочео овог минута и да нисте ни са ким још живели. С ким бисте изабрали да живите? Да ли бисте изабрали особу с којом сте тренутно у вези? Да ли бисте неке ствари променили?

Онда се запитајте зашто се не окружујете људима с којима волите да будете. Да ли морате бити заробљени? Можете ли оне које волите научити да буду узбуђени, срећни, живи и креативни и да им живот буде пријатан? А шта је с људима који се само жале и покушавају, сваког дана, да вас спусте – можете ли и њих научити да буду позитивни?

Ако живите из осећаја обавезе уместо избора, тада сте роб. Немојте остајати с неким само зато што сте дуго с том особом, и ако је то једини разлог за то. Ако радите нешто само зато што би 'требало' то да радите, зато што вам сви говоре да би тако требало, онда не слушате своје унутрашње сигнале. Везама заснованим обавезама недостаје дигнитет; везама базираним на избору, слободи и љубави дигнитет не фали, имају га у изобиљу.

3.Где бисте изабрали да живите, кад не бисте имали свест о томе где сте досад живели? Понављам, замислите да немате прошлост и да не знате где сте живели. Погледајте ту велику куглу коју називамо својим домом, и запитајте се: *Где бих волео да будем?* А онда се запитајте: *Шта ме спречава да будем тамо? Да ли је то страх? Да ли је брига да нећу успети? Да ли ћу пасти на лице?* Подсетите себе да су страхови само мисаони процеси. Ако успевате ту где сте, ако вам иде добро и осећате успех, то онда можете урадити било где. Па зашто онда не бисте били на неком другом месту, уместо да остајете негде јер су ваши преци ту дошли?

4.Шта мислите, колико сна бисте имали кад не би било сата и када не бисте могли да мерите време? Мислите ли да бисте спавали 8 сати, 10, више? Мислите ли да бисте трећину живота провели несвесни?

Неке студије на ту тему биле су већ рађене. Људе су ставили у подземне бункере, одузели су им све што би им показало

време и имали су само слабу светлост и оброке који нису били служени у одређено време. Учесници су могли да спавају кад год су желели, а количина сна била је снимана и праћена. Знате ли колико су људи спавали када нису знали колико је било сати и које доба дана је било? У просеку је то износило 4,4 сата дневно.

Испоставља се да је велики део спавања само у томе што не знамо шта да радимо са својим животом. Можда размишљате: *Зашто не устанем ујутро раније? Ех, шта ћу, код ђавола радити, ако устанем? Мислим да ћу остати овде и спавати још. Или, 10 сати је, тако да мора да ми се спава.*

Не сугеришем да би требало себе да лишите сна ако вам је потребан, наравно. Ово је само вежба, којом можете покушати да ускладите свој животни ритам ван сатова, календара и слично.

5. Када и колико бисте јели да нема званичних оброка? Колико људи једе трипут дневно зато што се тако служи или зато што би тако требало? Или функционише по принципу *Сада нисам гладан, али бићу касније гладан, тако да боље да поједем све што има?*

Схватате о чему говорим? Говорим о учењу да живите живот усклађен с унутрашњим, а не спољашњим сигналима. Зато је добро поставити себи ово питање, пре него што почнете да се придржавате било каквог распореда?

Већина људи у себе трпа превише хране, а да о томе и не размишља, нарочито кад је реч о нездравој, обрађеној или храни са шећером. Ако имате неки проблем с килажом, немојте безглаво јести све што вам је на тањиру. Уместо тога, након што пажљиво сажваћете сваки залогај, запитајте се: *Да*

ли желим још хране? И да ли моје тело захтева још хране? Ако је одговор не, престаните. Доста вам је било.

6. Шта бисте урадили кад новац не би постојао? Шта бисте радили у животу, на свакодневном нивоу? Каквим бисте се активностима бавили? То је занимљиво питање. Да ли радите нешто зато што зарађујете за живот, или зато што имате бенефите, или зато што имате још само неколико година до пензије и слично томе?

Ако радите нешто што не волите само због плате, шта бисте радије радили? Шта бисте волели, више од свега, да радите? Када смислите одговор на то питање, можете смислити и начин да то претворите у нешто од чега можете живети. Знајте да, шта год вас интересује да радите, од тога можете и живети. На овој планети постоји више од седам милијарди људи, и биће потражње за било чим што радите. Било чим.

Не волим саветовање и професионалну оријентацију, углавном зато што покушава да зароби људе. Кажу: 'Студирај ово, прати ово, хајде да видимо које ствари вам се допадају, које не, а онда дођите до посла и тамо останите педесет година', уместо да кажу: 'Само небо је граница.'

Можете да радите *било шта.* Можете радити на свему што желите. А ако вам се не допада посао који радите или не желите више да га радите, можете да престанете. Покушајте да будете спортски коментатор, или уметник, или музичар, или шта год то било. Уместо да радите нешто само зато што би требало, и зато што ћете од тога зарадити новац, радите посао који ће вам донети унутрашњи мир.

7.Колико бисте година имали да не знате колико имате? Ово је питање Сачела Пејџа. Да ли бисте били стари? Средовечни? Млади? Онда заборавите на то колико имате година. Сватите

да је процес старења директни резултат става и оног у шта верујете.

Особа без ограничења може изабрати када ће умрети – може урадити чак и то. Можете живети колико год да изаберете, и можете изабрати да живите пуним плућима. Погледајте људе попут Бернарда Шоа или Вила Џјуранта, који су доживели касне деведесете године. Као они, и ви можете бити продуктивни, узбуђени и испуњени у својим годинама, или можете бити стари, уморни и стално се жалити. Који је ваш избор?

8. Какав бисте тип личности били да данас почињете са животом? Да ли бисте били упорнији, мање упорни? Да ли бисте били нервознији, мање нервозни? Да ли бисте били отворенији, затворенији или потпуно интровертни? Ако бисте данас бирали, шта би чинило вашу личност, каква бисте особа били? Подсетите себе да управо то чините сваког дана бирате каква ће вам личност бити.

9. Како бисте описали себе, не користећи никаква обележја? Без навођења година, занимања, чланова породице, религијских уверења, финансија и тако даље, како бисте описали ко сте стварно?

Можете ли себе описати без тих обележја или не можете да превазиђете та ограничења? Можете ли дефинисати шта вам то значи као људском бићу?

Волтер је био човек који се противио краљевима и краљицама и изврнгнуо све сатири. Биограф Волтера рекао је о њему: 'Прво и изнад свега, био је страховито жив и људски, неко ко се боји досаде више од анксиозности, и вечно захвалан онима који су чинили да му живот удара брже и снажније.'

Све је тако савршено. Ако само станемо да то схватимо.

Мали задатак. Напишите одговоре на питања која су постављена. Када будете имали времена, прочитајте све што сте написали. Из позиције у којој сте сад, како се осећате поводом оног што сте написали? Видите ли да сте већ почели да мењате своје размишљање? Ако нисте, како мислите да можете почети с тим?

На крају, скицирајте и испишите све мисли које имате поводом тога како ћете радити с тим што имате да манифестујете као живот ултимативног здравља, испуњења, радости, страсти, раста, спокоја и љубави – живот својих снова.