

## POHVALE ZA KNJIGU „MAPA ŽELJA“

Kad sam sela da čitam „Mapu želja“, odmah sam osetila kako mi se ramena opuštaju. Prvih nekoliko strana sam klimala glavom. Osećala sam se kao da me je neko saslušao i prihvatio. Ona je to učinila. Ona je to postigla. A sada to može i svako drugi. Kamo sreće da je ovaj zlatni rudnik uvida i praktičnog vođstva bio sa mnom prethodnih godina. Osećam se blagosloveno što imam Danijelu u svom životu i ne mogu da dočekam da vidim kako se otvaraju brane ushićenja, „aha“ uvida i promena koje menjaju život, kad ljudi u praksi primene svoje mape želja. Danijela je majstor. Ona je delom vidovita, delom šaptač, a svakako je neko ko nas podstiče. Ako ste spremni da se probudite i živite u skladu sa onim ko vi stvarno jeste, onda odbacite svoje konvencionalne planove šta da radite u životu i svim srcem zaronite u „Mapu želja“.

KRIS KAR, autorka knjiga  
„Luda seksi kuhinja“ i „Luda seksi ishrana“

„Mapa želja“ sadrži mnogo života, istina i strasti; šta može biti bolje nego preureediti svoj svakodnevni život u skladu sa željama svog srca?

DŽININ ROT, autorka knjiga  
„Žene, hrana i Bog“ i „Izgubljeno i nađeno“

Sa urođenom elegancijom, „Mapa želja“ povezuje našu primalnu energiju želja sa urođenom inteligencijom naših osećanja. Rezultat? Maksimalno efikasno korišćenje vremena koje nam je dato na Zemlji. Radost življenja Laportove je zarazna. Spremite se da se njome zarazite!

MAJKL BERNARD BEKVIT, autor knjige „Viđenje života“

Kad sam prvi put primenila mapu želja, pozvala sam Danijelu da joj kažem: „Ovo radi!“ To što sam obelodanila osećanja koja želim u jezgru svog bića uzdiglo je moje veze i način na koji funkcionišem u svetu. A niko ne izražava našu poetsku motivaciju onako kako Danijela to čini. „Mapa želja“ je „vruća linija“ za vašu komunikaciju sa istinom.

GABRIJELA BERNSTAJN, autorka knjiga  
„Vreme je za čuda“ i „Univerzum vas podržava“

Danjela Laport je zastrašujuće pametna, pa ipak je toliko ljudska i praktična da upali plamen u vama, a da vas ne dovede dotele da osećate kao da će vas ta vatra spržiti. Načujite uši i slušajte dobro. Ono što ona ima da kaže jeste ono što našem duhu treba da čuje.

MARTA BEK, autorka knjige  
„Naći svoju zvezdu vodilju“ i „Ishrana za radost“

Danijela je vaš istinski zastupnik, svoju snagu crpi iz joge. Drugim rečima, zalaže se da vi ispunite svoju misiju i da sebe ispunite željama. A „Mapa želja“ trasira vam put kako da reorganizujete svoje želje, a ne stresove. Ona je postigla nešto izuzetno.

DR SARA GOTFRID, autorka knjige  
„Hormonski lek“

Inspiracija, inovativnost i osećaj lične vrednosti samo su neki od elemenata kojima će vas ispuniti Danijela Laport. „Mapa želja“ raspravlja o tome kako da svoje snove i ciljeve ispunite na realističan način... garantovano će vas oduševiti.

[www.beliefnet.com](http://www.beliefnet.com)

Kao što to uvek radi, Danijela Laport je „Mapom želja“ napravila nešto vanserijski o temi samoaktualizacije. To iskustvo će vas pozvati, izazvati, pa čak i zavesti da saznate srž onoga ko ste. „Mapa želja“ vam ne daje neku vrstu spoljašnjeg recepta da „živite svoje snove“ i „poduhvatite se uzvišenih ciljeva“ kao drugi programi. Umesto toga, ona vas vodi kroz proces koji će vam garantovano pomoći da uobičište svoj život i donosite odluke na osnovu onoga što će vas učiniti istinski srećnim. Zaboravite sisteme za organizovanje vremena, programe za postavljanje ciljeva i vežbe anticipacije. Sve što vam treba da oblikujete život koji će zaista raditi za vas jeste „Mapa želja“.

KEJT NORTRAP, autorka knjige:  
„Novac: ljubavna priča“

Od „Mape želja“ mi se zavrtelo u glavi. Ta istina je tako ogoljena, sirova, razotkrivena. Zinula sam od zaprepašćenja.

MEGAN VOTERSON, autorka knjige  
„Otkrijte: sveti priručnik kako da se duhovno ogolite“

Stigla sam tek do jedanaeste strane „Mape želja“, a um mi je  
POTPUNO OTVOREN.

GEJLA DARLING,  
[www.GalaDarling.com](http://www.GalaDarling.com)

Živeo sam punim gasom. Godinama. Bio sam uporan u ostvarivanju ciljeva i žestoko sam se terao da te ciljeve postignem – ma kakvi da su bili. Dok nisam udario u zid i pomislio: „Mora da ima neki drugi način.“ „Mapa želja“ je taj drugi način. To je ono što ljudi traže – jedan nov način da planiraju svoj život, unutrašnji pristup stvarima spolja.

ERIK HENDLER,  
[www.PositivelyPositive.com](http://www.PositivelyPositive.com)

Većina nas je toliko zauzeta planiranjem da zaboravljamo zašto uopšte planiramo. Danijela Laport je podstakla poštovanje prema našim željama na način koji u naše svakodnevno delovanje vraća smisao. „Mapa želja“ menja život.

NIŠA MUDLI,  
[www.FierceFabulousFree.com](http://www.FierceFabulousFree.com)

Jedino što sam pogrešila je što sam počela da čitam „Mapu želja“ po noći. Nisam mogla da je ostavim, mahnito pretražujući svoje srce da nađem za čim žudi, zapisujući svoje želje sa jasnoćom koju nisam godinama osetila. Knjiga je direktna, a opet duboko poetična. Obimna je i lepa i velikodušna i duboka. Ne kažem to olako – ona menja sve.

SAMANTA REYNOLDS,  
osnivač i predsednik agencije „Eho memoarz“

„Mapa želja“. To je bingo za motivaciju, inspiraciju – okidač za preobražaj da vam pomogne da živite život iz svojih snova kao preduzetnik, ljubavnik, junak. Između njenih sjajnih korica otkrićete mnogo sjajnih videa, muzike, kontemplacije, radne sveske – i Danijelinu čuvenu zdravorazumsku, praktičnu mudrost.

NAVĐIT KANDOLA,  
[www.TenderLogic.com](http://www.TenderLogic.com)



Danijela Laport

# Mapa želja

Babun  
Beograd, 2016

Naziv originala:  
THE DESIRE MAP – Danielle LaPorte

Naziv knjige:  
MAPA ŽELJA, Danijela Laport

Copyright © 2014 Danielle LaPorte, Inc  
Copyright © 2016 za Srbiju Babun, Beograd

Sva prava zadržana. Nijedan deo ovog izdanja se ne sme reproducovati, skladišti u povratnom sistemu, ili prenositi, u bilo kom obliku, ili bilo kojim sredstvima, elektronskim, mehaničkim, fotokopirnim i sličnim, bez prethodne dozvole izdavača i vlasnika autorskih prava.

Urednik:  
Nenad Perišić

Prevod:  
Goran Bojić

Lektura i korektura:  
Babun

Prelom i korice:  
Leo commerce

Izdavač:  
Babun

Plasman:  
ID Leo commerce, Beograd  
Mihajla Bandura 36  
011/375-2625; 011/375-2626; 011/375-2627; 063/517-874  
E-mail: nesaperisic@gmail.com  
info@leo.rs  
www.leo.rs

Štampa:  
Sajnos, Novi Sad

Tiraž: 1.000

ISBN 978-86-83737-99-4

za  
tebe  
neka lutanja izgubljena ovde su nađena  
gladna puna ljubavi  
budeći se potišten  
budući prisutan  
više nego što si bio juče  
već nov  
istina  
ožiljci znanja  
uvek rastu  
više svetlosti  
baš sad  
za tebe

Ono što želiš, takva ti je i volja.  
Kakva ti je volja, takva su ti i dela.  
Kakva su ti dela,  
takva ti je i sudsudina.  
– Upanišade

KNJIGA JEDAN: TEORIJA.....	11
<b>PERSPEKTIVA: PREGLED PROGRAMA.....</b>	<b>13</b>
Sve je počelo uoči Nove godine, kraj kamina .....	15
<b>PREDSTAVLJAMO: ŽELJU .....</b>	<b>29</b>
Živo srce oslobođenja .....	33
Pogledajte želji u oči.....	37
<b>MAGNETIČNOST OSEĆANJA.....</b>	<b>45</b>
Sve što radimo vođeno je željom da se osećamo	
na određeni način .....	47
Dobrobit od jasnih želja.....	63
Poštujte svoje želje .....	72
Neporeciva ogromna vrednost negativnih osećanja .....	75
Znati kako se osećamo.....	81
<b>NAMERE I CILJEVI.....</b>	<b>89</b>
Ciljevi sa dušom? .....	91
Uspostavljanje zdravih odnosa sa namerama i ciljevima .....	107
<b>ISKRENI NAPOR, POVERENJE I VERA .....</b>	<b>127</b>
Žestoko, ali fleksibilno. Dualnost ciljeva sa dušom.....	129
Otpor .....	135
Radite manje, dobijte više .....	139
Poverenje .....	141
Molitva i usklađenost.....	143
Afirmacije mogu da vas slude .....	149
Zasluživati nešto .....	153
KNJIGA DRUGA: RADNA SVESKA.....	163
<b>PREGLED MAPE ŽELJA .....</b>	<b>165</b>
Oblasti života .....	165
Optimizacija .....	166
<b>NOSAČ DUŠE .....</b>	<b>169</b>
Brzometni početak .....	170
Psihičko surfovovanje .....	172

Osećaji pozitivnosti.....	174
Uspostavljanje odnosa prema životu .....	176
Odnos prema ljudima = odnos prema životu .....	177
<b>ZAHVALNOST I ONO ŠTO NE PALI .....</b>	<b>179</b>
Zahvalnost sve postavlja u pravu perspektivu .....	179
Moramo da budemo realni prema onome što ne pali, kako bismo to mogli da promenimo .....	180
<b>RAZJAŠNJAVANJE ŠTA SU VAŠA SUŠTINSKI ŽELJENA OSEĆANJA. TO JE CELOKUPAN, VAŽAN I LEP RAZLOG ŠTO SMO OVDE.....</b>	<b>195</b>
Počnite od onoga što osećate da je lako.....	195
Oruđa koja možete da koristite .....	196
Dajte rečima njihovu moć.....	196
Znajte da znate .....	196
Korak 1: Kako želite da se osećate u svakoj od ovih oblasti svog života? Recite .....	198
Korak 2: Uđubite se u reči. Pogledajte definicije reči koje ste napisali.....	202
Korak 3: Odaberite neke reči. Vratite se svom nabranju reči i zaokružite one koje u vama izazivaju najveći odjek ....	203
Korak 4: Prepoznavanje obrasca. Posvetite im pažnju .....	205
Korak 5: Načinite finalni izbor. Odaberite tri do četiri suštinski željena osećanja – i sijajte! .....	208
Moja suštinski željena osećanja .....	209
Bravisimo! .....	209
A sad se odmorite .....	210
<b>EVOLUCIJA I IGRA REČI MOJIH SUŠTINSKI ŽELJENIH OSEĆANJA .....</b>	<b>213</b>
Unapređenje mojih misaonih oblika.....	213
Ponovno podešavanje kompasa .....	214
Zahtev moje najdublje želje jednom zasvagda: radost .....	216
<b>KORIŠĆENJE VAŠIH SUŠTINSKI ŽELJENIH OSEĆANJA DA VAS USMERAVAJU ŠTA DA UČINITE, IMATE I DOŽIVITE.....</b>	<b>219</b>
Kako da sa svojih želja pređete na namere .....	219

Nemilosrdne činjenice i strahovi u pogledu toga da dobijete ono što želite.....	228
Pozitivni i inspirativni misaoni obrasci koji će zaseniti strah i poterati vas napred .....	229
<b>BONUS! DOBILI STE ONO ŠTO ŽELITE. VEĆ .....</b>	<b>231</b>
Šta to želite... što već imate?.....	231
Ljudi i resursi koji mi pomažu.....	234
Kako ćete dati sebe? .....	236
<b>ŽELO, UPOZNAJ SE SA DELOVANJEM.....</b>	<b>237</b>
Odaberite samo tri ili četiri glavne namere ili cilja za ovu godinu .....	237
Zbog čega sam najviše uzbudjena? .....	238
U slučaju da se plaštite da odaberete neke stvari .....	239
Odaberite tri ili četiri glavne namere i cilja za ovu godinu .....	240
Moje namere i ciljevi za ovu godinu .....	240
<b>STRANICE ZA DELOVANJA .....</b>	<b>241</b>
Mesečna provera .....	242
Ove nedelje .....	243
<b>ŽELJA KAO PRAKSA.....</b>	<b>245</b>
I naravno .....	245
Kad stvari ne valjaju.....	247
Pomozite jedni drugima .....	248
<b>HTELI BISTE DA POKRENETE GRUPU MAPE ŽELJA? PREDSTAVLJAM VAM NAJVEĆI KLUB ČITALACA NA SVETU.....</b>	<b>249</b>
<b>JOŠ JEDNA STVAR.....</b>	<b>257</b>
<b>HVALA VAM.....</b>	<b>259</b>

# Knjiga 1: Teorija



# PERSPEKTIVA: PREGLED PROGRAMA

Ako počnete da shvate Šta ste, ne trudeći se da to promenite, onda počinjete da se preobražavete.

– Čidu Krišnamurti



# SVE JE POČELO UOČI NOVE GODINE, KRAJ KAMINA

Pre oko osam godina, odlučila sam da dočekam Novu godinu u miru, kod kuće. Pozornica: beba je zaspala. (Ura!) Omiljene nezdrave grickalice (čips i sos sa belim lukom, mom-lim). Muzika: „Gruv armada“. Vatra gori u kaminu. Nova godina se široko otvarala, a srce mi je bilo puno ambicija. Došlo je vreme za neke anticipacije. Ciljevi! Planovi! Gomila planova.

Izvukla sam tablu za vizualizaciju i podelila je na oblasti života, na primer, dom, ljubav, novac, posao. Sa bivšim mužem, počela sam da pišem ciljeve u svakoj oblasti. *Novi kuhinjski sto. Otplatiti dug sa kreditne kartice. Časovi plivanja. Smršati pet kilograma. Uložiti u neko veliko umetničko delo. Da počnemo da idemo biciklom na posao. Porodično venčanje na Havajima. Napraviti zabavu u vrtu. Platiti učešće. Dogovor sa izdavačem. Nove čizme „fraj“. Naći crkvu. Naći časove joge.*

**On:** Možda bi trebalo da otputujemo u Australiju dok je još lako putovati sa bebom.

**Ja** (*ne zanima me da idem u Australiju sa bebom. Zato skrećem razgovor*): Misliš li da će se Dik Klark večeras pojaviti na Tajms skveru, na novogodišnjem odbrojavanju, ili će sve obaviti Rajan Sikrest?

(pauza)

**On:** Ali, ja volim ovu sofу.

**Ja:** Hoću novi mek buk pro. Sa ogromnim ramom.

**On:** Pa, zaslužuješ novu opremu, mala.

**Ja:** Zaslužujem, zar ne?

To baš i nije bila tabla za vizualizaciju, ali nije bio ni puki spisak obaveza. Pa ipak je nešto nedostajalo. Osećala sam se sito, ali prazno. Revnosno ali ne... *energično*. Uzela sam olovku u drugoj boji i počela da škrabam reči za pozitivna osećanja u svakom odeljku.

*Sloboda!*  
*Obilje.*  
*Seksi.*  
*Zemlja. Priroda. Eko-ljubav.*  
*Povezani.*  
*Kreativni.*  
*Hram.*  
*Prava ljubav.*

**Ja:** Kako bi htio da se osećaš na poslu?

**On:** Odvažno. Pouzdano. Avanturistički.

I stvari su se promenile. Vežba je spolja prešla unutra. Pa smo počeli ispočetka.

Umesto da pričamo o spoljašnjim ciljevima, pričali smo o tome kako bismo hteli da se osećamo u raznim oblastima svojih života.

To je već bilo inspirativnije. I spisak naših želja je počeo da se ubličava.

*Praviti večernju zabavu jednom mesečno.*  
*Nabaviti mikser sa stalkom – praviti pastu.*  
*Dizajnirati seriju 'hvala-vam' čestitki.*  
*Nabaviti CD sa tantričkom muzikom.*  
*Dve nedelje putovanja kantuom.*  
*Objaviti svoje spise kao autorsko izdanje.*

Vizuelno, to je počelo da izgleda lepše. Psihološki, osetila sam to pre kao poziv nego kao još jedan spisak stvari koje treba uraditi.

A sad, filmski rez: prolazi još nekoliko Novih godina. Uz kamin. Rajan Sikrest umesto Dika Klarka. Ta cela stvar sa „osećanjima i ciljevima”, kako je postala poznata, razvila se u jedan nezvanični proces, koji je doveo do promene u tome kako gledamo na budućnost.

Zapisali smo podosta pozitivnih osećanja, a onda smo se zapitali: „**Šta ako možemo da postignemo da se osećamo tako?**“

U tom jednostavnom pitanju leži nov način da se živi, koji suptilno i polako vodi do dubokih promena u načinu na koji sam htela da postignem stvari. Zvanično sam odustala od sistema postavljanja ciljeva, što je na kraju dovelo do toga da se okanim spiskova stvari koje treba uraditi, što je dovelo do odustajanja od sistema za planirenje vremena, koji su mi stvarali prevelik stres.

Svanulo mi je. Fokusiranje na željena osećanja = oslobođena energija. Bila sam na tragu nečega.

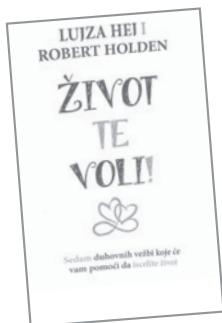
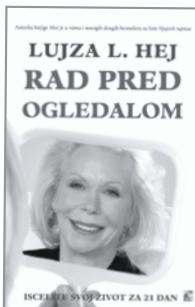
Na kraju godine, kad sam ponovo pregledala svoju „tablu anticipacija“, kako sam je zvala u to vreme, nisam se osećala tako razočarano kad nisam mogla da stavim kvačicu pored „Pariz“ ili „smršati pet kilograma“, kao stvari koje su postignute. Gledala sam drugačije na stvari. Mogla sam da vidim da su moja dva putovanja u Njujork te godine i novi časovi joge doveli do toga da postignem dugo željeno stanje bića. Napredovala sam. Osećala sam se onako kako želim češće nego što se nisam tako osećala.

**Što je ironično, taj način planiranja daje više fluidnosti i saosećanja, i više motiviše.** Upravo kao što sam mogla da vidim kako su nepostignute ciljeve istovremeno zamenile druge stvari – često bolje nego one koje sam zamišljala – mogla sam takođe da vidim gde nisam bila u skladu sa svojim najiskrenijim željama. Mogla sam da vidim da se ne osećam, recimo, previše slobodno ili onako kreativno i povezano kao što sam želeta da se osećam u određenim oblastima svog života.

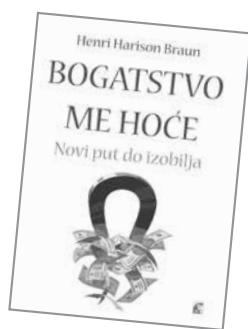
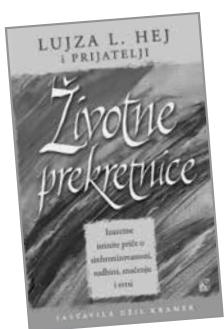
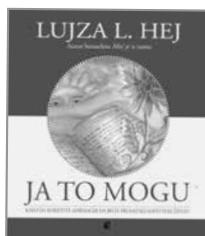
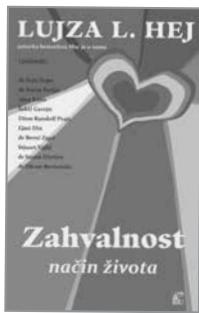
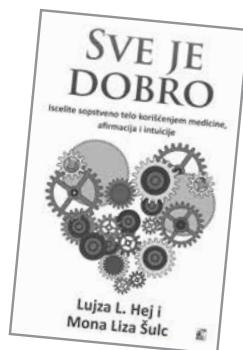
**Počela sam da vežbam da to primenim do kraja godine.** Revidirala sam planove u maju, na svoj rođendan, i u septembru, zato što volim tu energiju jeseni – „ušuškajmo se i bacimo na posao“. Kao što kaže autorka „Projekta sreća“ Gričen Rubins – „sada je septembar januar“.

**Počela sam sa dubljom praksom.** U stvari, počela sam da meditiram na same reči. Potražila sam definicije i poreklo raznih reči i počela da ih pretresam. Fokusirati se na četiri osećanja izgledalo je izvodljivo i inspirativno. A onda sam, dame i gospodo, **napravila... ceduljice... koje će promeniti**

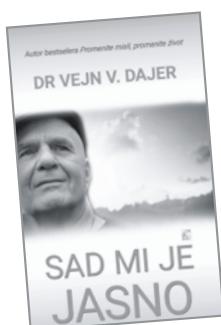
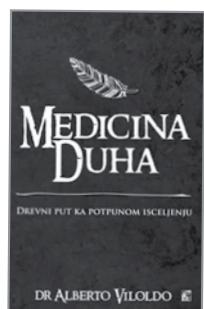
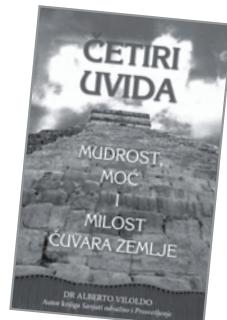
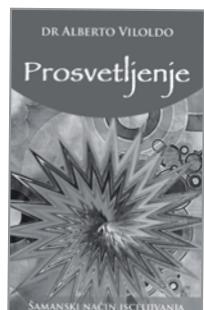
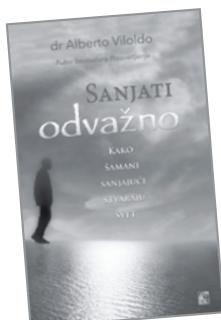
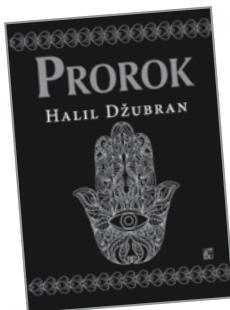
# POTRAŽITE KOD SVOG PRODAVCA KNJIGA



POTRAŽITE KOD SVOG PRODAVCA KNJIGA



# POTRAŽITE KOD SVOG PRODAVCA KNJIGA



# PRVA OUTLET KNJIŽARA U SRBIJI - LEO COMMERCE KNJIŽARA RIZNICA KNJIGA

Poručujte željene knjige putem sajta [www.leo.rs](http://www.leo.rs) ili nas posećujte direktno u  
Ulici Mihajla Bandura 36 u Zemunu, u naselju Plavi horizonti.

Na više od 200 m<sup>2</sup> čeka vas izbor od 20.000 naslova izdavača iz zemlje i regiona.

Za više informacija pišite nam na [info@leo.rs](mailto:info@leo.rs) ili pozovite:  
011/3752-625; 011/3752-626; 011/3752-627; 063/507-334



Knjižara „Riznica knjiga br. 2“ | Mihajla Bandura 36 | 011/375-2626, 063/517-874 | Zemun  
Knjižara „Riznica knjiga br. 6“ | Gimnazijска 17 | 023/510-783, 063/517-874 | Zrenjanin  
Knjižara „Riznica knjiga br. 5“ | Trg srpskih dobrovoljaca 19 | 0230/429-917, 063/517-874 | Kikinda  
Knjižara „Riznica knjiga br. 1“ | Tržni centar bb, kod hotela „Konak“ | 031/846-296, 063/517-874 | Zlatibor

## POSETITE NAŠ SAJT [WWW.LEO.RS](http://WWW.LEO.RS)

Na sajtu vas čeka:

- veliki izbor knjiga iz svih oblasti
- aktuelni popusti na sva izdanja
- interesantne lavoske akcije sa ekstra popustima
- lavovski časopis
- besplatne vesti i novosti
- intervjuji sa autorima

**Leo.rs je prijateljski sajt, lak za korišćenje i pretraživanje.  
Kupovinom preko Leo.rs uvek dobijate više**

- ✉ Prijavite se na lavovsku mejling listu da biste primali obaveštenja o novitetima i akcijama.
- ⌚ Poručite onlajn putem sajta: [www.leo.rs](http://www.leo.rs)
- ☎ Poručite putem telefona: 011/375-2625, 011/375-2626, 011/375-2627
- ✉ Poručite putem mejla: [info@leo.rs](mailto:info@leo.rs)
- 📱 Poručite putem SMS-a: pošaljite porudžbenicu na broj 063/517-874
- 📞 Poručite putem Vibera: pošaljite porudžbenicu na broj 063/507-334

## DRUŽITE SE SA LEO COMMERCEM PUTEM DRUŠTVENIH MREŽA



Potražite nas na Facebooku:  
LEO COMMERCE



Pratite nas na Twitteru:  
[www.twitter.com/LeoKomerc](http://www.twitter.com/LeoKomerc)



Android Market

**Leo commerce** je prvi izdavač iz Srbije koji svoja izdanja plasira i u digitalnoj formi, eBook formi. Spisak naslova koje možete da čitate preko tablet računara ili android mobilnih telefona dostupan je na sajtu [www.leo.rs](http://www.leo.rs) i na linku <http://www.leo.rs/e-izdanja.html>

Vaš Leo commerce

CIP - Katalogizacija u publikaciji  
Narodna biblioteka Srbije, Beograd

159.947.3

ЛАПОРТ, Данијела, 1969-

Мара Жеља / Danijela Laport ; [prevod Goran Bojić].  
- Београд : Babun, 2016 (Нови Сад : Сајнос). - 260 str.  
; 23 cm

Prevod dela: The Desire Map / Danielle LaPorte.  
- Тираž 1.000.

ISBN 978-86-83737-99-4

а) Психологија успеха  
COBISS.SR-ID 227276812