

Lesli Garner

Sve što sam ikada naučila o promeni

Biblioteka

BUĐENJE

Lesli Garner

Sve što sam
ikada naučila
o promeni

Leo commerce
Beograd, 2008

Naziv originala:
Everything I've ever learned about change
Lesley Garner

Naziv knjige:
Sve što sam ikada naučila o promeni
Lesli Garner

Copyright © 2006 Lesley Garner
Copyright © 2008 za Srbiju Leo commerce, Beograd

Sva prava za objavljivanje ove knjige zadržavaju autori i izdavač. Nijedan deo ove knjige ne sme se umnožavati, preštamovati ili prenositi u formi elektronskog ili zvučnog zapisa, niti se može čuvati, prenositi ili na neki drugi način kopirati radi javne ili lične upotrebe – sem u vidu kratkih citata koji bi bili navođeni u novinskim člancima i recenzijama – bez prethodne pismene dozvole izdavača.

Autorka ove knjige ne pruža medicinske savete niti propisuje upotrebu bilo kakve tehnike kao vida lečenja fizičkih ili medicinskih problema bez prethodnog, direktnog ili indirektnog, konsultovanja sa lekarom opšte prakse. Namera autorke je da ponudi informacije opšte prirode kako bi vam pomogla u potrazi za emotivnim i duhovnim blagostanjem.

U slučaju da na sebe primenite bilo koju informaciju ponuđenu u ovoj knjizi, što je vaše ustavno pravo, autor i izdavač ne snose odgovornost za vaše postupke.

Urednik:
Nenad Perišić

Prevod:
Irina Vujičić

Lektura i korektura:
Brankica Knežević i Jelena Dimitrijević

Prelom i korice:
Ateneum

Za izdavača:
Nenad i Slađana Perišić

Izdavač:
ID Leo commerce, Beograd

Plasman:
ID Leo commerce, Beograd
Generala Mihajla Nedeljkovića 65/2
011/227-2077
011/2166-712
011/2166-714
063/507-334

E-mail:
nesaperisic@gmail.com
info@leocommerce.co.yu
www.leocommerce.co.yu

Štampa:
Tuli

Tiraž:
1000
ISBN 978-86-7950-018-2

*Ovu knjigu posvećujem svojim ćerkama, Harijet i Rejčel, koje su
moj život neizmerno poboljšale. Neka vam ova knjiga bude bar
od neke koristi u svim promenama koje su pred vama.*

Sadržaj

Izrazi zahvalnosti	9
Kako koristiti ovu knjigu	13
Uvod	17
Nazad u budućnost, napred ka normalni	21
Izgubite se	29
Još je rano	33
Istraživanje novog	39
Procena rizika	45
Uzori	51
Pragovi	57
Dabogda živeli u interesantna vremena	63
Stao mi je mozak	71
Snaga ljudi	77
Moj partner samuraj	81
Ljudi, a ne projekti	85
Dobra vremena, loša vremena	91
Uvek i nikad	97
Divni preokret	101
Usađena greška	107
Slobodan pad i litica	113
Kratak vodič za podsvest	121
Kačenje slika, promena prostora	129
Čega ćete se odreći da biste dobili ono što želite?	133

Močvara žalbi	137
Snalažljivi um	143
Slušajte, slušajte, slušajte	149
Sanjari i progonitelji	155
Kako da dobijete ono što želite	161
Stvorenje navike	167
Tačka oslonca u promenama	171
Nova godina, stara ja	175
Panika i red	181
Kako da promenite mišljenje	187
Većina stvari	191
Ura za slobodan dan	197
Kako da čitate rune	201
Dugi oproštaj	209
Kad ne radite ništa	213
Čarobni štapić i sedam godina šegrtovanja	219
Fond za istraživanje i razvoj	225
Deca menjaju sve	231
Kutak za merenje	237
Igrate mnogo uloga	245
Umetnost ponovnog pronalaženja sebe	251
Strah od cilja	257
Gledajte moja dela, o, Moćnici, i očajavajte	263
Za sve postoji prava sezona	269
Srećan kraj	275
Izvori	281

Izrazi zahvalnosti

Postoji neverovatna vojska prijatelja, članova porodice i kolega koji su me pratili kroz sve promene u mom životu i čak ubrzali neke od njih. Svi vi znate ko ste i nadam se da znate koliko cenim vaše prijateljstvo i savet. Ne mogu ovde sve da nabrojim, ali moram da pomenem nekolicinu, naročito Kena Granta, čoveka koji je najviše promenio moj život tako što me je odveo u Etiopiju i Avganistan, oženio me i podario mi dvoje dece. Sam brak možda nije potrajao, ali prijateljstvo jeste, i Ken je izuzetan primer osobe koja uvek rešava probleme, razmišlja lateralno i uvek je korak ispred svih.

Nasuprot tome, moj prijatelj Dejvid Brejbruk je uzor smirenosti i njegove kvekerske običaje i ponašanje smatram veoma smirujućim kada je moj život previše haotičan. Zahvalna sam mu što me je uputio u kvekerske običaje, i zahvaljujem se njemu i njegovom partneru Derilu Mortonu što su mi ponudili dobrodošlicu i utočište u svom spokojnom domu.

Zahvalna sam Rodžeru Mak Gou što mi je dozvolio da citiram njegovu pesmu „Ne spavam“, iz *Penguinovog* izdanja njegovih *Izabranih pesama*.

Kameron Greg je otišao kući na Novi Zeland i nisam ga videla od našeg izleta u Pariz, ali nadam se da ga se seća s jednakom radošću kao i ja. Bio je odlično društvo.

Hvala članovima *Mreže fondova* na finansijskim sredstvima kojima su me podržali i na tome što su mi pokazali na koliko se raznih načina svet može promeniti nabolje.

I hvala mojoj prijateljici Kerolin Mastil što me je odvela u *Royal Albert hol* da upoznam ser Harisona Britvisla i prisustvujem njegovoj probi, kao i na mnogim drugim izlascima i divnim razgovorima.

Naravno, hvala Marijani Aleksandar, mom partneru samuraju, i onoj grupi prijatelja koju sam upoznala na Glumačkom institutu, koji su još uvek, na razne načine, posvećeni kreativnim promenama. Nadam se da ćemo zajedno nalaziti svoj put kroz život kada nam bude i osamdeset i devedeset godina, pa i više.

Kako koristiti ovu knjigu

Promena je neizbežna. Ništa ne miruje. Život je neprestano kretanje od molekularnog do planetarnog nivoa i svi se mi menjamo u korak s njim. Univerzum se kreće u stalnom strastvenom plesu, a sreća je uzvišenost koju stvara osećanje usklađenosti s tim kosmičkim ritmom.

Pa kako je onda promena uzrok tolikog straha i nesreće? Zašto joj ljudi toliko odolevaju i tako se očajnički bore protiv nje? Zašto, kad je promena normalna, svi osećamo duboku žudnju za večitom stalnošću? „Promenu i propadanje svud okolo vidim“, poje se na sahranama. „O, ti koji se ne menjaš, budi sa mnom.“

Mi čeznemo za stalnošću. Ali kada bismo mogli da zaustavimo promenu i uđemo u svet večnog zastoja, poludeli bismo. Stagnirali bismo i umrli, zato što je promena život. Stalna adaptacija stvara impuls i energiju koji nas pokreću.

Naš odnos prema promeni i razumevanje njenih sila u nama i oko nas, kako ličnih tako i političkih, od ključne su važnosti za naše blagostanje. Bez izvesne doze prepuštanja promeni i razumevanja njene uloge u našem životu, mi ispaštamo.

Život nam daje beskrajne prilike da naučimo više o promeni. Jednog trenutka život je zakočen, sledećeg je van kontrole i kreće se vrto glavom brzinom. Kada život stoji u mestu, mi čeznemo za promenama. Kada je život van kontrole, čeznemo za tim da stvari ostanu iste.

Ako se usredsredimo, primetićemo da postoje dve vrste promena: one koje nam se dešavaju i one koje sami izazivamo. Veoma je važno da shvatimo razliku između njih. Što je više promena ove druge vrste u vašem životu, bićete srećniji, i ova knjiga slavi ushićenje koje promena donosi.

Međutim, veština suočavanja s promenama kada vam se one dešavaju takođe je od presudne važnosti za sreću. Ljudski život je beskrajna lekcija u prilagođavanju promenama: biološkim, hormonskim, porodičnim, promenama doma ili partnera, promenama mišljenja i osećanja, promenama sreće i okolnosti, promenama vlasti i klime. Jedan jedini život može da obuhvati i mirnu demokratiju i rat, savršen sunčan dan i uragan, lagano oblikovanje evolucije ili kataklizmu cunamija. Promena vas može smožđiti ili naučiti da se prilagodite, da budete snažniji i čak trijumfujete. O tome govori ova knjiga.

Znači, šta možemo da radimo kada smo suočeni sa neizbežnim životnim promenama? Možemo da shvatimo sile koje utiču na nas i da se bolje pripremimo. Možemo da naučimo da uviđamo predznake u prijateljstvima, na radnim mestima i među narodima. Možemo da naučimo veštinu prilagođavanja, samoočuvanja i kreativnog življenja. Možemo da naučimo da negujemo sebe i da se usidrimo u onim aspektima