

Gabrijela Bernstajn  
ČUDA SU MOGUĆA

Biblioteka  
Buđenje



Gabrijela Bernstajn

# ČUDA SU MOGUĆA

Četrdesetodnevni vodič za blage  
zaokrete pomoću kojih ćete postići  
radikalne promene i bezgraničnu sreću

Leo commerce  
Beograd, 2017

Naziv originala:  
May Cause Miracles, Gabrielle Bernstein

Naziv knjige:  
Čuda su moguća, Gabrijela Bernstajn

Copyright © 2013 by Gabrielle Bernstein  
This translation published by arrangement with Harmony Books, an imprint  
of the Crown Publishing Group, a division of Penguin Random House LLC  
Copyright © 2017 za Srbiju Leo commerce, Beograd

Sva prava zadržana. Nijedan deo ovog izdanja se ne sme reprodukovati, skladištiti 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:  
Slađana Perišić

Prevod:  
Jovana Subotić

Lektura i korektura:  
Snežana Marković

Prelom i korice:  
Leo commerce

Za izdavača:  
Nenad i Slađana Perišić

Izdavač:  
ID Leo commerce, Beograd

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 978-86-7950-443-2



*Za mog muža Zaka*

*Odajem priznanje tvom čudesnom putovanju.*



# Sadržaj

Uvod.....	9
Prva nedelja	
Razmišljajte o tome da čuda postoje.....	21
Druga nedelja	
Nov stav o sebi.....	53
Treća nedelja	
Slika o sebi.....	79
Četvrta nedelja	
Veze.....	109
Peta nedelja	
Popravite mišljenje o sebi, podignite svoju finansijsku vrednost.....	139
Šesta nedelja	
Rad na čudima.....	169
Zaključak.....	197
Zahvalnost.....	209
Beleška o autoru.....	211





# Uvod



*Raj na Zemlji je izbor koji pravite,  
a ne mesto koje morate pronaći.*

Vejn Dajer

Zima 2009. godine bila je prekretnica u mojoj karijeri. Pokušavala sam da sklopim izdavački ugovor za svoju prvu knjigu – *Oslonite se na čuda – trendi vodič za sreću*. U tom periodu svi smo bili u čeljustima recesije. Svi smo bili obuzeti strahom i nesigurnošću, voditelji vesti su izveštavali o sve većoj stopi nezaposlenosti, a skoro svaka privredna grana prolazila je kroz krizu.

Sećam se da sam sedela u kuhinji kod svoje majke i pričala očuhu o konceptu svoje knjige. Trudio se svim silama da me podrži, ali veoma se plašio recesije. Odgovorio je: „Koncept je odličan, Geb, ali ne zaboravi da je ekonomija trenutno u užasnom stanju. Neće ti biti lako da prodaš knjigu.“ Moj odgovor je bio samouveren i gotovo nehотиčan – reči su pokuljale iz mene. „Hvala ti što si me upozorio“, rekla sam. „Ali ja ne razmišljam tako jer verujem u čuda.“ Te reči su me osnažile i ispunile verom, uprkos otporu iz spoljašnjeg sveta. U tom trenutku sam shvatila da sam spremna da se odreknem straha i povratim veru u čuda.

Tri meseca kasnije prodala sam knjigu.

Poslednjih sedam godina naporno sam radila da bih um sačuvala od straha i zadržala stav da čuda postoje. Kao rezultat svoje posvećenosti čudima, postala sam propovednik ljubavi koji nadahnjuje publiku širom sveta kroz obraćanja na skupovima, putem knjiga i društvenih mreža. Danas imam čudesan život i cilj mi je

svima da pomognem da i sami to postignu. Moja posvećenost čudima dovela me je u ovo uzbudljivo stanje. Međutim, biću iskrena prema vama: opredeljivanje za misli ispunjene ljubavlju umesto iluzijama o strahu u početku je bila teška promena. Deluje lako – ko *ne bi* želeo da zameni strah ljubavlju? Ali odricanje od straha isto je kao odricanje od šećera: oba su podmukli sastojci koji se kriju bezmalo u svemu. Baš kada pomislite da ste obuzdali tu želju, ona odjednom pomalja svoju ne tako lepu glavu. Stoga, oslobađanje od obrazaca straha nije za slabiće. Ono zahteva upornost i posvećenost. Zahteva da celim svojim bićem postanete čudotvorac.

Jedan od ključnih sastojaka mog načina života u kojem je čaša polupuna jeste posvećenost *Kursu čuda*, koji nas uči: „Neuvežban um ništa ne može da postigne.“ Tokom skoro četrdeset godina, *Kurs*, metafizički vodič za samostalno učenje koji je objavila *Fondacija za unutrašnji mir (Foundation for the Inner Peace)*, promenio je život stotinama hiljada ljudi. Možete da mu pristupite kako god vam to odgovara, a iz sopstvenog iskustva znam da izučavanje *Kursa* omogućava potpuno pročišćenje uma, da ne pominjemo sjajan život.

Dok sam proučavala *Kurs*, naučila sam da moramo iskreno da sagledamo svoje strahove kako bismo pronašli istinsku sreću.

Kroz praksu sam preispitivala sve svoje strahove i proučila njihove uzroke. Na primer, dok sam sagledavala obrasce straha u vezi s hranom, kao što su prejedanje i opsesija u pogledu sledećeg obroka, shvatila sam da je moje kompulzivno prejedanje odgovor na anksioznost iz detinjstva koju sam stekla za trpezarijskim stolom. U jednom periodu, moja majka se borila sa potrebom za prejedanjem. Okrenula se hrani da bi otupila svoju zbunjenost. Njeno kompulzivno prejedanje uticalo je na mene jer sam tokom obroka nesvesno upijala njenu anksioznu energiju. To naizgled nevažno iskustvo stvorilo mi je mnogo anksioznosti u vezi s hranom. Nesvesno sam i sama stekla strah u vezi s hranom. Misao puna straha – *Nikada nema dovoljno* – pretvorila se u napast koja me je morila tokom svakog obroka. Prejedala bih se i žurila da što pre pojedem. Nikada ne bih osetila ukus hrane. Nikada nisam uživala

u njoj. Godinama sam živela u tom mučnom krugu sve dok nisam bila spremna da sagledam strah koji leži u pozadini takvog ponašanja. Kada sam preispitala taj strah, shvatila sam da se zasnivao na pogrešnom verovanju da nema dovoljno. Decenijama sam se plašila da neću imati dovoljno da jedem. Odlučila sam da to ograničavajuće uverenje prenesem na sadašnjost i primenim ga u svakodnevnom životu. To je problem sa ograničavajućim uverenjima. Sve je to obična iluzija, mali mentalni keč u rukavu koje nas vodi u pogrešnom smeru u životu. Pomoću volje, posvećenosti čudima i beskonačnog strpljenja bila sam usmerena na sve resurse neophodne za isceljenje. Vremenom, moja zavisnost od hrane je iščilela.

Kad sam uvidela da me prejedanje ne čini sigurnom i celovitom, shvatila sam da me ništa izvan mene same ne može ispuniti. Naučila sam da istinska sreća ne dolazi od *dobijanja*, već od *davanja*. Prihvatila sam da istinski mir i sreća potiču od povezanosti s ljubavlju. Duboko u sebi svi mi u suštini želimo da volimo i da budemo voljeni. Kada ispunimo svoju ulogu, to jest kad istinski volimo sebe i delimo ljubav s drugima, osetićemo istinsku sreću.

Čim je *Kurs* postao deo mog svakodnevnog života, oslobodila sam se načina razmišljanja zasnovanog na strahu. Sve je počelo da se menja. Najznačajnija promena nije bilo ono *što* sam doživela, već *kako* sam to doživela. Kao posledica moje odluke da slušam savete iz *Kursa*, oprostila sam sebi zbog prošlosti, oslobodila sebi budućnost i postala ispunjena ljubavlju i verom u sadašnjosti. Promene u mom životu bile su više nego zadivljujuće. Sada ću vam pokazati kako da i vi to učinite.

## Kako da postanete Čudotvorac

Prvi korak u biranju ljubavi umesto straha jeste da razumete svoj strah. Kao učenik *Kursa čuda* naučila sam da shvatam svoje misli zasnovane na strahu. Svaki put kad bih osetila da se strah prikrada, duboko bih udahnula, napravila predah od svojih misli i dela i obratila pažnju na ponašanje. Kad bih uočila svoje strahove, uvidela bih koliko su oni zapravo zavaravajući. Na primer, na početku karijere sam se bavila odnosima s javnošću. Svaki novi

klijent bio je nova prilika za pregovore o honoraru. Mrzela sam pregovaranja. Činila su me nervoznom i napetom i remetila mi mir. Kada sam prihvatila svoje strahove povodom pregovaranja za više novca, shvatila sam da je to povezano sa strahom koji sam usvojila kao mlada žena: da žene ne treba da traže više. To je bila spoljašnja projekcija koju je svet stvorio, a ja sam izabrala da verujem u nju. Iskreno, čak se i ne sećam kad sam je i gde usvojila, ali držala sam je se kao pijan plota. Ta zabluda iz prošlosti zasnovana na strahu ponovila se toliko puta da je postala sistem uverenja kojem sam bila verna. Međutim, kada sam iskreno sagledala svoj strah, uvidela sam kako se taj manjkav način razmišljanja pretvorio u obrazac zasnovan na strahu. U knjizi ću isticati poruku da je razmatranje vaših obrazaca zasnovanih na strahu prvi korak ka odvajanju od njih i pružiću vam podršku i usmerenje dok budete razmatrali svoje strahove u svim oblastima života.

Zatim sledi volja. Obrazac možete promeniti samo ako to želite. *Kurs čuda* kaže da vam je dovoljno samo malo dobre volje da biste dobili usmerenje za promenu. Kada smo spremni da se oslobodimo straha, otvaramo svoj um, srce i energiju prema novom stavu. Volja podiže vašu svest o novim mogućnostima i pokreće ono što ja zovem *ing* (**intuitivni glas**). Vaš *ing* je glas ljubavi, vaše nadahnuće i vaša intuicija. Vaš *ing* vas izvlači iz straha i vraća ljubavi. Treba vam samo malo volje da biste dobili svoj *ing* i usmerenje ka promeni.

To usmerenje će doći u različitim oblicima: kao intuicija, nadahnuće, a ponekad i kao sinhronicitet. Intuiciju često doživljavamo kao snažno unutrašnje znanje koje nam nudi neki oblik usmerenja. Nadahnuće se može doživeti kao osećaj toka i uzbuđenja koje dolazi u trenucima kada su naše misli i dela usklađeni s ljubavlju. Zatim postoje trenuci sinhroniciteta, koji su zaista sjajno iskustvo – gde god da se okrenete, svi pričaju o nekoj novoj knjizi, a onda vam jednog dana ona jednostavno padne u ruke sa police u knjižari. Kako budete napredovali s vežbama iz ove knjige, prisustvo unutrašnjeg vodiča biće vam sve očiglednije, dok će intuicija, nadahnuće i sinhronicitet prirodno teći.

Još tri sastojka su ključna za čudesan život: zahvalnost, praštanje i ljubav. Prvo dolazi zahvalnost. Isticanje zahvalnosti jedini je mogući stav za čudotvorca. Život ispunjen zahvalnošću stvara više izobilja, prihvatanja i poštovanja. Da biste strahove pretvorili u ljubav, morate prihvatiti način života zasnovan na zahvalnosti.

Zatim dolazi praštanje. Čin praštanja je za čudotvorca isto što i salata za onoga ko jede samo sirovu hranu. Praštanje nam omogućava da se pročistimo od starog, zavisničkog straha i osvetljava tamu naših briga, sumnji i nedoumica. Umesto da i dalje sebe stavljamo u položaj žrtve, možemo da oprostimo i oslobodimo se. Svakom odlukom da oprostimo menjamo svoj stav od onog zasnovanog na strahu do onog ispunjenog ljubavlju.

Konačno, tu je ljubav – najvažniji sastojak. *Kurs čuda* uči nas da je jedino što nam nedostaje u svim okolnostima ljubav, a tamo gde ima straha, nema ljubavi. Stoga su otvoreno srce i prihvatanje ljubavi kao istinske svrhe ključni za čudesan život.

## Doživljavanje čuda

Poštovanje načela iz *Kursa čuda* isplatiće vam se utoliko što ćete doživeti više čuda ako češće birate zahvalnost, praštanje i ljubav. Ako se pitate šta mislim kad kažem „čudo“, jednostavno je: čudo je promena stava od onog koji se zasniva na strahu do onog koji je ispunjen ljubavlju. Čudo je trenutak u kojem odlučite da oprostite bivšem partneru i oslobodite se višedecenijskog prezira, ili trenutak u kojem shvatite da to što ste ostali bez posla nije tragedija, već prilika da sledite svoj istinski poziv. Jednostavno rečeno, svaki trenutak u kojem izaberete ljubav umesto straha jeste čudo. Što vam se više čuda nakupi, manja je verovatnoća da ćete gledati život kroz ružičaste naočare. Kada odlučite da vidite ljubav a ne strah, život počinje da teče. Smireni ste i vidite ljubav u svim okolnostima. Vaše slabosti će se umanjiti i osećaćete se usmereno u životu.

Moja posvećenost takvom životu promenila je svaku oblast u njemu. Oslobodila sam se zavisnosti od romantike, droga, posla, hrane – od svega što može da vam padne na pamet. Naučila sam da odaberem oprostaj kad god me obuzme ozlojeđenost. Strah od

# Beleška o autoru

Autor bestselera *Njujork tajmsa* Gabrijela Bernstajn redovno gostuje kao stručnjak u *En-Bi-Si-jevoj* emisiji *Today Show*, bila je gost Oprine emisije *Super Soul Sunday* kao lider shvatanja nove generacije, a *Njujork tajms* ju je proglasio „novim uzorom“. Autor je knjiga *Univerzum vas podržava*, *Oslonite se na čuda*, *Duhovni ovisnik* i *Vreme ja za čuda*. Gabrijela je osnivač veb-stranice *HerFuture.com*, društvene mreže za žene, čiji je cilj da nadahnjuje, osnažuje i povezuje. Njen lični veb-sajt je *Gabbyb.tv*.

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

Poručite 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



**LEO  
RIZNICA**

Knjižara „Riznica knjiga br. 2“ | Mihajla Bandura 36 | 011/375-2626, 063/517-874 | Zemun

Knjižara „Riznica knjiga br. 6“ | Gimnazijska 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 lavovske akcije sa ekstra popustima
- lavovski časopis
- besplatne vesti i novosti
- intervju 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 COMMERCE PUTEM DRUŠTVENIH MREŽA

Potražite nas na Facebooku:  
[LEO COMMERCE](https://www.facebook.com/LEO-COMMERCE)

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

Available on the  
**iBookstore**

▶ Google play



▶ 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  
233-852.5Y

БЕРНСТАЈН, Габријела, 1979-

Čuda su moguća : četrdesetodnevni vodič za blage zaokrete pomoću kojih ćete postići radikalne promene i bezgraničnu sreću / Gabrijela Bernstajn ; [prevod Jovana Subotić]. - Beograd : Leo commerce, 2017 (Novi Sad : Sajnos). - 207 str. ; 23 cm. - (Biblioteka Budenje)

Prevod dela: May Cause Miracles / Gabrielle Bernstein. - Tiraž 1.000. - Beleška o autoru: str. [211].

ISBN 978-86-7950-443-2

a) Кундалини јога - Медитација  
COBISS.SR-ID 232074252