

NASLOV ORIGINALA:

Louise Hay
Trust Life

Copyright © 2018 by Hay House, Inc.
Originally published in 2018 by Hay House, Inc.
Za izdanje na srpskom jeziku © Publik praktikum 2019

ZA IZDAVAČA:

Marko Sabovljević

GLAVNI I ODGOVORNI UREDNIK:

Marina Sabovljević

PREVOD:

Ivana Tomić

LEKTURA I KOREKTURA:

Borka Slepčević

DIZAJN KORICE:

Siniša Subotić

ŠTAMPA:

Alpha print, Zemun

TIRAŽ:

1000

IZDAVAČ:

Publik praktikum
Dobrovoljačka 10/I, Zemun
office@publikpraktikum.rs
011/4202 544; 011/4202 545

Sva prava su zadržana. Nijedan deo ove knjige ne sme se kopirati ni prenositi u bilo kom obliku ili bilo kojim sredstvima, elektronskim ili mehaničkim, uključujući fotokopiranje, snimanje ili bilo koji sistem za skladištenje i pretraživanje informacija, bez pismenog odobrenja izdavača.

LUJZA HEJ

**VERUJTE
ŽIVOTU**

HARMONIA

UVODNA REČ

Kad sam poslednji put video Lujzu Hej, otprilike mesec dana pre nego što je umrla, predložio sam joj da napišemo knjigu za svaki dan u godini s citatima iz njenih najpoznatijih dela. „Sjajno! Sviđa mi se!“, uzviknula je, uzbuđeno mi stiskajući šaku obema rukama. Izgledala je kao devojčica koja je upravo dobila rođendansku tortu. Iako je bila krhka – tada je već imala devedeset godina – duh joj je zračio snagom i posvećenošću.

I mene je oduševila ta ideja. „Kompilacija tvojih omiljenih poruka nadahnuće čitaoce da te doživljavaju iznova svakog dana. S tobom će doručkovati, meditirati, držaće te na polici u kupatilu (nasmejala se kad je to čula), putovaće od kuće do posla i od posla do kuće, nosiće te sa sobom šta god da rade“, rekao sam joj.

„Znaš, svako veče idem u krevet s milionima ljudi širom sveta!“, odgovorila mi je sa iskrom u očima.

„Znam.“

„Onda znaš i da se svako jutro budim s milionima ljudi!“, nastavila je aludirajući na tradiciju svojih sledbenika da dane počinju i završavaju Lujzinim pozitivnim afirmacijama, napisanim ili snimljenim na audio-programima.

Lujza je decenijama bila ikona pokreta za samopomoć, ali nikad se nije postavljala kao neprikosnoveni, sveznajući guru. Zapravo, uvek je naglašavala kako vi imate moć da iscelite svoj život. Lujza je tu samo da bi nas podsetila na ono što u stvari jesmo – moćna bića koja vole i zaslužuju da budu voljena. Njeno putovanje do titule *kraljice novog doba*, kako ju je *Njujork tajms*

nazvao 2008, nije imalo nikakve veze s jednostavnošću, niti s tradicionalizmom.

ŽIVOTNI PUT LUJZE HEJ

Lujza je hrabro i otvoreno podelila svoju životnu priču s nama. Saznali smo da ju je očuh zlostavljao, komšija silovao, da je napustila srednju školu, zatrudnela i na šesnaesti rođendan svoju tek rođenu ćerku dala na usvajanje. „Nisam imala hrabrosti da se ubijem, ali sam se svakog dana molila da što pre umrem”, poverila mi se Lujza jednom prilikom. „Mnogo sam patila, ali nekako sam uspeła da preživim.”

Nakon toga preselila se u Čikago. Nije odbijala poslove. „Pobegla sam od zlostavljanja kod kuće, ali na svakom koraku suočavala sam se s još gorim nasiljem”, prisećala se Lujza. Pedesetih godina prošlog veka otišla je u Njujork i postala manekenka visoke mode za kreatore kao što su: Bil Blas, Polin Trižer i Oleg Kasini. Tamo je upoznala Endrua Heja, britanskog poslovnog čoveka s kojim je obišla svet, upoznala članove kraljevske porodice i večerala u Beloj kući.

Kada ju je muž ostavio zbog druge žene, nakon četrnaest godina braka, Lujzin svet rasprsnuo se u paramparčad. „Našla sam se na dnu, opet”, ispričala mi je. „Bilo mi je gore nego ikad. Htela sam samo da se zavučem pod neki kamen i da nestanem s lica zemlje.”

Jednog dana, prijateljica ju je pozvala da joj se pridruži u Prvoj crkvi religiozne nauke. „Zamalo da ostanem kod kuće, ali sad mi je drago što nisam. Te noći čula sam nečiji glas: ‘Ako budeš spremna da promeniš misli, promenićeš život.’ Nešto se u meni oglasilo: ‘Obrati pažnju!’ Poslušala sam.”

Preko noći Lujza je postala marljivi proučavalac metafizike i duhovnosti nove misli. Omiljeni autori bili su joj Florens Skovel Šin, Ernest Holms i Emet Foks. „Godinama nisam pročitala nijednu knjigu, a tada sam čitala svaki dan”, prisećala se. „Bila sam spremna, a kad je učenik spreman, pojavljuje se učitelj i učenje.” Lujza je završila obuku za propovednika religiozne nauke, a kasnije je izučavala transcendentalnu meditaciju na univerzitetu Maharišija Maheša Jogija u Ferfildu, u Ajovi.

U školi religiozne nauke, kako ju je Lujza nazivala, naučila je mnogo o bolestima i mentalnim obrascima koji ih izazivaju. Lujza je sakupljala podatke iz knjiga, od ljudi s kojima je radila, iz sopstvenih istraživanja i razmišljanja. Na nagovor svih koji su videli spisak, Lujza je pretočila svoje beleške u plavu knjižicu pod nazivom *Šta boli*. Odmah je odšampala pet hiljada primeraka. „Neki moji prijatelji zabrinuli su se da ima četiri hiljade primeraka više nego što mogu da prodam i da neću povratiti uloženi novac!”, ispričala mi je. Briga je bila uzaludna. *Plava knjižica*, kako ju je Lujza zvala od milja, rasprodana je za dve godine. Uverena da postoji velika potražnja za ovakvim štivom, Lujza je proširila svoja saznanja iz ove oblasti i pretočila ih u knjigu *Izlečite svoje telo*.

U to vreme dijagnostikovali su joj rak grlića materice. „Još jedno dno!”, uzviknula je. „Ipak, ovog puta bilo je drugačije. Učitelj mi je rekao: ‘Lujza, nisi preživela sve ovo da bi sad umrla. Ceo život je pred tobom. Vreme je da primeniš svoja saznanja.’ To sam i uradila.” Osmislila je program za svoje lečenje. Primenila je principe nove misli. Koncentrisala se na opraštanje. Posle nekoliko meseci rada s timom terapeuta, nutricionista i stručnjaka za alternativnu medicinu, lekar joj je potvrdio ono što je i sama znala – telo joj se oslobodilo raka.

Izdavačku kuću *Hej haus* osnovala je 1984. da bi objavila knjigu *Kako da izlečite svoj život*. U njoj je obuhvatila saznanja iz plave knjižice i materijale sa svojih veoma popularnih radionica, kao i priče o svojim klijentima i prijateljima. Knjiga *Kako da izlečite svoj život* postala je izdavački fenomen – prodana je u više od pedeset miliona primeraka širom sveta. Zahvaljujući njoj, Lujza je izbila na četvrto mesto najprodavanijih autora, posle Džon Roulina, Danijele Stil i Barbare Kartland.

Lujza će ostati upamćena po svom pionirskom radu sa osobama zaraženim HIV-om i s obolelima od side tokom epidemije osamdesetih godina prošlog veka. Bolest je tada još bila nepoznata i ljudi su se plašili čak i da dodirnu obolele. Ljudi zaraženi HIV-om bili su izopšteni iz društva, živeli su u strahu, postidjeni i skriveni od drugih. Lujzu to nije pokolebalo. Šest i po godina

sredom uveče organizovala je grupu za podršku obolelim od side i zaraženim HIV-om.

„Jedan klijent pitao me je da li bih vodila radionicu za muškarce obolele od side. Pristala sam. Tako je sve počelo.” Prva grupa za podršku sastala se u Lujzinoj dnevnoj sobi. Tada je bilo šestoro ljudi. „Rekla sam im da ćemo raditi ono što uvek radim. Koncentrisaćemo se na ljubav prema sebi, oproštaj i oslobađanje od straha. Nećemo sedeti i kukati jer od toga niko nema nikakve koristi.”

Nedeljni sastanci prerasli su u pokret pod nazivom *Hejrajd*. „Devedeset muškaraca sedelo je u mojoj dnevnoj sobi. Ko zna šta su komšije mislile! Svaki put smo pričali, plakali, pevali, afirmisali pred ogledalom, bavili se raznim meditacijama za isceljenje sebe, drugih i cele planete. Svaku radionicu završavali smo grljenjem, što je bilo dobro za širenje ljubavi i za nova poznanstva”, sećala se Lujza sa osmehom.

Prepoznavši potrebu za Lujzinim radom, grad Holivud obezbedio joj je prostor podesan za okupljanje nekoliko stotina ljudi. „Na kraju, sredom uveče dolazilo je osam stotina ljudi na radionice. Nisu dolazili samo muškarci zaraženi virusom side, već i žene, kao i njihove porodice. Kad god bi neko prvi put doveo svoju majku na radionicu, pozdravili bismo je ustajanjem i aplauzom.”

Danijel Peralta upoznao je Lujzu u januaru 1986. godine, na premijeri filma *Vrata se otvaraju: Pozitivan pristup sidi*, koji govori o pokretu *Hejrajd*, i postao jedan od njenih najbližih prijatelja. „Zahvaljujući Lujzi, spoznao sam bezuslovnu ljubav”, rekao mi je Danijel jednom prilikom. U članku o njenom pokretu Danijel je pisao o Lujzinoj beskrajnoj ljubaznosti i velikodušnosti: „Lujza Hej pokazala nam je nove mogućnosti, nov način postojanja. Naučila nas je da zavolimo sebe i osmislila praktične vežbe koje će nas uvesti u proces, korak po korak. Ljupko nas je pozvala da provodimo vreme sa sobom, na nov i neobičan način, da prihvatimo sebe i brinemo o sebi. Njena dela nisu bila samo primamljiva već i isceljujuća. Jasno se sećam njene neverovatne sposobnosti da stvori atmosferu zajedništva i spoji ljude tako da sva srca kucaju kao jedno.”

U martu 1988. Lujzu su pozvali da gostuje u televizijskim emisijama Opre Vinfri i Fila Donahjua – i to iste nedelje! Nakon televizijskih gostovanja, knjiga *Kako da izlečite svoj život* našla se na listi bestselera *Njujork tajmsa*, gde se zadržala punih trinaest nedelja. Svako domaćinstvo u Sjedinjenim Američkim Državama i u raznim delovima sveta saznalo je za Lujzu Hej.

Srećom, Lujza je zaposlila pomoćnike i proširila svoju izdavačku kuću. Ispostavilo se da je kompanija *Hej haus* dorasla za datku nametnutom usled novostečene slave. Dvadesetpetogodišnji računovođa, Rid Trejsi, višestruko je opravdao poverenje koje mu je Lujza ukazala zaposlivši ga. Jedanaest godina kasnije zaslužen je zauzeo mesto predsednika kompanije, između ostalog i zbog toga što je pomogao da *Hej haus* preraste u međunarodnog lidera isceljenja i pokreta samopomoći. Kompanija nije samo izdavala knjige već je nudila audio-zapise, karte, filmove, onlajn-kurseve i organizovala međunarodne radionice. Otvorena su predstavništva u Australiji, Velikoj Britaniji, Južnoj Africi i Indiji kako bi se Lujza u svakom delu sveta osećala kao da je kod kuće.

Iako je firma otvorena radi izdavanja Lujzine knjige, ubrzo je poželeva dobrodošlicu i drugim članovima porodice – Vejnu Dajeru, Merijen Vilijamson, Kerolajn Mejs i Dipaku Čopri. U razgovoru na međunarodnom samitu svoje kompanije 2015. Lujza mi je rekla: „Naravno, htela sam da kompanija bude finansijski uspešna kako bismo mogli da isplaćujemo plate i da brinemo o zaposlenima, ali imala sam i viziju. Od početka sam znala i verovala da je prava svrha kompanije *Hej haus* da pomogne u stvaranju sveta u kojem ljudi bezbedno vole jedni druge. Svakom odštampanom knjigom mi blagosiljamo svet ljubavlju.”

U poznijim godinama Lujza se povukla iz svakodnevnih obaveza u kompaniji i posvetila se dobrotvornom radu u *Hej fondaciji*, koju je osnovala 1986. „Vidim planetu, isceljenu i celovitu. Vidim sve ljude nahranjene, obučene, s krovom nad glavom i srećne”, afirmisala je dok se zalagala za ostvarenje ovih ciljeva. *Hej fondacija* nije reklamirala svoja dobročinstva u medijima. Tako je Lujza htela. Jasno nam je stavila do znanja da treba da izlečimo svoj život, ne samo zbog lične dobrobiti već da bismo

zauzeli svoju ulogu prisustva ljubavi u svetu. Treba da volimo sebe kako bismo voleli druge.

O KNJIZI U VAŠIM RUKAMA

U čast Lujzinog života i dela u vašim rukama je kompilacija najinspirativnijih učenja iz njenih najpoznatijih dela. Lujza je napisala više od trideset knjiga, uključujući i knjige za samopomoć, knjige o zdravlju, kuvar, dečje knjige u nastavcima, čak i jednu bojanku! Zajedno sa Šeril Ričardson napisala je knjigu *Možete stvoriti izuzetan život* i *Život te voli* sa mnom. Osmislila je špilove karata, audio-programe i kalendare. Nadam se da će vas svakodnevno čitanje Lujzinih mudrosti nadahnuti da potražite knjige koje još niste pročitali.

Knjiga *Verujte životu* ima po jednu misao za svaki od trista šezdeset pet dana u godini i jednu misao za prestupnu godinu. Svaki dan počinje Lujzinom afirmacijom kao podstrekom za meditaciju i promišljanje. Dok sam birao misli za svaki dan, zamišljao sam da Lujza sedi pored mene, baš kao kad smo zajedno pisali *Život te voli*. Pored svog radnog stola stavio sam stolicu za Lujzu. Posle svakog izabranog citata u mislima sam je pitao da li je zadovoljna. Ako bih u umu čuo potvrđan odgovor, ostavljao sam citat, a ako bi njen odgovor bio negativan, izbacio bih ga i opredelio se za neki drugi.

Lujza je bila duhovni pragmatičar. Nije je zanimala samo teorija. Koncentrisala se na ono što pomaže i daje rezultate. U knjizi *Kako da izlečite svoj život* napisala je: „Volim priručnike. Sva teorija ovog sveta beskorisna je ako ne znamo da je primenimo i promenimo nešto. Uvek sam bila veoma pragmatična, praktična osoba s velikom potrebom da nauči kako se nešto radi.” Zato sam se pobrinuo da svaka misao u ovoj knjizi ponudi duhovnu praksu koja će vam promeniti iskustva svakog dana.

U knjizi *Verujte životu* hteo sam da ponudim uravnotežen niz misli tokom godine, između glavnih tema i suštine Lujzinog rada. Nisam hteo da sve misli o ljubavi prema sebi grupišem u februaru ili u septembru. *Kako ćete voleti sebe u drugim periodima godine?* Da bih postigao tu ravnotežu, rukovodio sam se spiskom

od deset Lujzinih najvažnijih učenja koji sam napisao i nedugo nakon njene smrti podelio s milionima obožavalaca na njenoj Fejsbuk stranici.

Ovaj spisak poduka Lujze Hej ne treba da bude konačan, ali nadam se da će vam biti dragocena pomoć dok radite uz ovu knjigu.

1. Pogledajte se u ogledalo

Lujza je bila pionir u radu pred ogledalom. Stanite ispred ogledala, pogledajte u odraz svojih očiju i ponavljajte pozitivne afirmacije o sebi. Ako ste se družili s Lujzom, sigurno ste radili zajedno pred ogledalom. Dok smo pisali *Život te voli*, razgovori su nam se najčešće odvijali pred ogledalom preko celog zida u Lujzinoj dnevnoj sobi.

Za Lujzu je ogledalo bilo metafora života. U ogledalu se reflektuje naš odnos sa sobom. Ako možemo da se pogledamo u ogledalu bez stida i osuđivanja, videćemo svoje autentično biće, oprostićemo sebi, više ćemo voleti druge i dopustićemo životu da nas voli.

Lujza svakome preporučuje rad pred ogledalom, kao najbrži i najefikasniji način uklanjanja prepreka za ljubav prema sebi. „Kad mi se neko obrati zbog određenog problema, ne pitam ga da li je u pitanju loše zdravlje, nemaština, toksične veze ili blokada kreativnosti, uvek radim samo na jednom problemu – a to je ljubav prema sebi”, napisala je Lujza u svom priručniku *Volite sebe, iscelite svoj život*. Svakome je savetovala da se jednom dnevno pogleda u ogledalu i kaže: „Volim te. Stvarno te volim”. Poručivala je: „Nemojte se stideti! To je samo drugi način da kažete sebi 'Život te voli!'”

2. Izaberite ključnu misao

Lujza je bila kraljica afirmacija. Svet je posmatrala kao stanje uma. „Uvek se suočavamo samo s mišlju, a misao možemo promeniti”, napisala je u knjizi *Kako da izlečite svoj život*. „Bez obzira na problem, sva naša iskustva samo su spoljašnji efekti naših misli. Čak je i mržnja prema sebi samo misao.”

Tu na scenu stupaju pozitivne afirmacije. Sve što pomislimo ili kažemo afirmiše određena iskustva u našem životu – a većina naših misli i reči je negativna. Kad promenimo svoje misli o sebi (ili o nekom drugom), menjamo svoj doživljaj sveta. Pozitivnim izjavama u prvom licu afirmišemo i uvodimo u svoj život ono što zaista želimo. Menjamo način razmišljanja i izražavanja u skladu sa izabranim obrascima.

Lujza je iscelila svoj život tako što je promenila svoje misli. Jednom prilikom rekla mi je: „Prva afirmacija bila mi je *Ja sam lepa i svi me vole*. U početku nisam verovala u to, ali nastavila sam da je izgovaram. Tri dana kasnije primetila sam da su ljudi ljubazni prema meni. Nalazila sam mesto za parking baš tamo gde mi je bilo potrebno. Na semaforu se uključivalo zeleno svetlo kako bi mi pomoglo da stignem na vreme. Prva afirmacija promenila mi je doživljaj života. Pravo čudo!”

Lujza nas je podsticala da obratimo pažnju na svoje misli i da ih biramo. „Birajte misli koje vam pomažu!”, govorila je. Izaberite ključnu misao – afirmaciju punu ljubavi – koju ćete nositi sa sobom celog dana. Nemojte je samo izgovarati. Otpevajte je. Izgovarajte je pred ogledalom. Napišite je na samolepljivi papirić i zalepite je na frižider. Napišite je na dlanu. Živite svoju afirmaciju kao da zaista mislite ono što afirmišete.

3.Oslušnite zvonce u sebi

Lujza je volela da priča o zvoncetu u sebi. To je bio njen naziv od milja za duhovne smernice. „Verujem da su nam umovi uvek povezani s jednim beskonačnim umom i da su nam zbog toga sva saznanja i sva mudrost stalno na raspolaganju. Povezani smo s beskrajnim umom, s univerzalnom moći koja nas je stvorila, preko iskrice svetlosti, našeg višeg bića ili moći u nama”, napisala je u knjizi *Moć je u vama*.

Lujza je naučila da se rukovodi smernicama u sebi. Imala je poverenja u zvonce. „Čim sam kročila na put duhovnosti, osetila sam da ne kontrolišem ništa i da ne treba ni da pokušavam. Život mi uvek donosi ono što mi treba. Uvek sam samo odgovarala na događaje koji su iskršavali”, rekla je Lujza u razgovoru sa Šeril Ričardson dok su pisale knjigu *Možete stvoriti izuzetan život*.

Kad je reč o Lujzinim omiljenim duhovnim navikama, najviše je volela da sedne u tišini, najčešće pred ogledalom, da se poveže sa zvoncetom u sebi i pita: „Šta hoćeš da saznam danas?”

4. Oprostite sve svakome

„Kako je Lujza Hej postala Lujza Hej?”, pitao sam je u jednom razgovoru.

Odgovorila je jednom rečju: „Oproštaj.”

„Da nisam oprostila ljudima koji su me povredili, ne bih bila ovde gde sam sada. Ne želim da kažnjavam sebe danas za ono što su mi drugi učinili u prošlosti”, napisala je Lujza u knjizi *Moć je u vama*. Definisala je oproštaj kao zaboravljanje prošlosti, nazivajući ga putem ka slobodi i neophodnim *čudesnim sastojkom* za slikanje budućnosti svetlim bojama.

Lujza je dobila *Kurs čuda* nedugo nakon objavljivanja prvog izdanja i posebno su je nadahnula poglavlja o opraštanju. „*Kurs čuda* neprekidno nam ponavlja da je oproštaj odgovor gotovo na sve”, napisala je u knjizi *Kako da izlečite svoj život*.

5. Budite zahvalni za današnji dan

Knjigu *Život te voli* počeo sam opisom ručka za Dan zahvalnosti kod Lujze okružene prijateljima kako bih čitaocima dočarao da zahvalnost za nju nije bio samo redak ritual već svakodnevna duhovna praksa. Svakog jutra zahvaljivala je krevetu za dobar san! Celog dana izražavala je zahvalnost. Sećam se kako je zahvaljivala kompjuteru, automobilu, čajniku i drugim predmetima zato što divno rade. „Kad sam zahvalna, mnogo više uživam u danu”, rekla mi je.

Lujza je zahvalnost shvatila kao afirmaciju. Što ste zahvalniji, otkrivete više razloga za zahvalnost. Godinama je pisala dnevnik zahvalnosti. „Uveče, pre spavanja, razmislim o svom danu, blagosiljam ga i zahvaljujem za svako iskustvo. Opraštam sebi ako mislim da sam pogrešila u nečemu, rekla nešto neprikladno ili donela odluku koja nije baš najbolja”, napisala je u knjizi *Zahvalnost: način života*.

6. Brinite o svom telu

Jedne večeri, dok sam se spremao da posetim Lujzu, dobio sam mejl od nje. „Ponesi šorts. Idemo na pilates s Alijom. Da, ići ćeš, čak i ako budeš morao da nosiš moj šorts.” Alija Kadro bila je Lujzin fizioterapeut. Brinula je o Lujzinom zdravlju tokom poslednjih dvadeset godina. Zajedno su proučavale ishranu, vežbale jogu i pilates, kuvala razne supe i gajile organsko voće i povrće u Alijinoj bašti. S Heder Dejn napisale su knjigu *Volite sebe do savršenog zdravlja*.

Lujza nas je učila da je pravi identitet čoveka duh, a ne telo. „Oprostite sebi što se niste lepo ponašali prema svom telu i od sada mu svakodnevno iskazujte ljubav i poštovanje”, govorila je. Jedna od njenih omiljenih afirmacija glasi *S ljubavlju osluškujem poruke svog tela*. Svakog dana odvajala bi vreme da sedi u tišini, da se uskladi sa svojim telom i zapita zvonice u sebi: *Kako da volim svoje telo danas?*

7. Stvorite svoju budućnost SADA!

Lujza je sama rekla da je sve u životu počela kasno. Tumarala je unaokolo, kako je sama govorila, sve do kasnih četrdesetih. U pedesetoj godini objavila je svoju prvu knjigu. U šezdesetoj je pokrenula izdavačku kuću i fondaciju. Druga polovina života bila joj je puna novih početaka. Na početku svake godine slala je svesnu nameru da se posveti duhovnom razvoju – da nauči nešto novo i da otputuje nekud gde nikad ranije nije bila.

Lujza je prihvatila svoje godine. Nije koristila treće doba kao izgovor za izbegavanje duhovnog razvoja i učenja. „Živim u svetu mogućnosti”, rado je govorila. Shvatala je da svaka decenija nosi nove mudrosti i darove. „Moć je uvek u sadašnjem trenutku”, afirmisala je.

Obratio sam se publici uvodnom rečju na prvom predavanju u okviru događaja *IGNITE!*, koji organizuje *Hej haus*. Dan ranije, poslao sam mejl Lujzi i pitao je ima li poruku za publiku. Evo šta mi je odgovorila.

*Palim varnicu u svom životu kad god uradim nešto novo.
Hrabrost da zakoračim u nov prostor veoma je uzbudljiva.
Znam da je preda mnom samo dobro i zato sam spremna za sve
što život ima da mi ponudi.
Nove avanture nas podmlađuju.
Životi su nam ispunjeni ljubavlju kada šaljemo misli pune ljubavi
svuda oko sebe.
Moj život ponovo počinje u osamdeset šestoj godini!*

8. Recite DA svom životu

Lujza je volela da opisuje sebe kao *DA* osobu koja živi u *DA* univerzumu. U knjizi *Kako da izlečite svoj život* napisala je: „Nije važno u šta izaberemo da verujemo, kakve reči biramo, univerzum nam uvek govori *DA*. Ako razmišljamo o siromaštvu, univerzum na to govori *DA*. Ako razmišljamo o bogatstvu, univerzum nam na to kaže *DA*. Sve zavisi od nas.” Lujza nam poručuje da pazimo čemu govorimo *DA* jer privlačimo ono što afirmišemo.

„Oduvek sam samo slušala zvonice u sebi i govorila *DA*”, rekla mi je Lujza sećajući se svoje uloge pisca, govornika, izdavača, učitelja, umetnika i aktiviste. Jedno *DA* mnogo joj je značilo – prihvatila je odgovornost za isceljenje svog života, spremno se pogledala u ogledalo i izgovorila *Volim te; stvarno te volim*, osmelila se da napiše malu, plavu knjigu, pristala je da organizuje *Hejrajd*, osnovala je izdavačku kuću i, iznad svega, na svakom koraku svog puta verovala je da je vodi jedna beskrajna inteligencija.

9. Ne zaboravite da se zabavljate

U prvoj polovini života Lujza se nije baš mnogo zabavljala, ali nadoknadila je to u drugoj polovini. Uzrok toga najvećim delom vezuje se za isceljujući rad s detetom u sebi.

Bila je zagovornik rada na detetu u nama, a kasnije je taj rad nazivala *igrom* s detetom u nama. Smatrala je da čovek mora voleti dete u sebi kako bi odrastao u zrelu i mudru osobu. „Recite *DA* detetu u sebi”, govorila je. „Obaspite ga pažnjom. Što više volite i prihvatate dete u sebi, pre ćete isceliti svoju prošlost, zakoračiti u sadašnjost i izaći da se igrate.”

U sedamdesetoj godini upisala je dečji kurs slikanja. „Kao dete volela sam da slikam i crtam, ali prestala sam to da radim kad je zlostavljanje počelo.” Pet godina kasnije, prešla je u grupu za odrasle. Narednih deset godina učila je kod različitih slikara, uključujući i lokalnu umetnicu Lindu Baunds. U osamdeset sedmoj godini Lujza je imala prvu samostalnu izložbu u galeriji u centru Viste, u Kaliforniji. Izložba je bila izuzetno posećena. Zbog velikog interesovanja, trajala je šest nedelja, umesto predviđene dve. Prodato je na stotine otisaka, a Lujza je potpisala svaki. Sav novac prosleđen je *Hej fondaciji*.

10. Pustite da vas život voli

U svom poslednjem gostovanju u emisiji Opre Vinfri, čuvena voditeljka zatražila je od Lujze savet za sve one koji smatraju da je kasno za razvoj i promenu. „Razmislite ponovo”, odgovorila je saosećajno, „ako ste dugo verovali u nešto, ne znači da u to treba da verujete zauvek. Birajte misli koje vas uveseljavaju i koje vam podižu raspoloženje. Shvatite – *Život vas voli*. Ako i vi volite Život, pokrenućete nešto divno!”

Lujza se potpisivala afirmacijom *Život vas voli*. Upravo ta misao najbolje predstavlja njen život i rad. Dok su stotine čitalaca strpljivo čekali u redu da im potpiše svoje knjige, Lujza je marljivo na svakom primerku pisala *Život vas voli*. Telefonske razgovore i seanse na Skajpu završavala je rečenicom *Život vas voli*. *Život* je uvek pisala velikim početnim slovom jer se odnosi na beskrajnu inteligenciju koja pokreće sve.

Život vas voli više je od afirmacije. Ukazuje nam na filozofiju vere da Život – s velikim početnim slovom – radi za naše najviše dobro i da nas više voli ako mi volimo njega. Prvi korak na tom putu poverenja predstavlja spremnost da pustimo ljubav unutra. Ako više volimo sebe, više ćemo voleti druge. Tako postajemo prisustvo ljubavi u svetu – ljudi koji od sveg srca afirmišu *Ja volim život i život voli mene*.

Robert Holden, koautor knjige *Život te voli*

1. JANUAR



SVAKI TRENUTAK ŽIVOTA
PREDSTAVLJA NOVI POČETAK

*U beskraju života gde sam ja, sve je savršeno,
celovito i kompletno, a ipak život se neprekidno menja.*

*Nema početka ni kraja;
postoji samo beskrajno kruženje i recikliranje
materije i iskustava.*

*Život nikad nije statičan, niti ustajao;
svaki trenutak je nov i svež.*

*Ja sam jedno sa silom koja me je stvorila
i ta sila daje mi moć da sama stvaram
svoje životne okolnosti.*

*Raduje me spoznaja da imam moć
nad svojim umom i da je mogu
koristiti kako god želim.*

*Svaki trenutak života predstavlja novi početak
jer se udaljavamo od starog.*

*Ovaj trenutak za mene je novi početak,
ovde i sada.*

Sve je dobro u mom svetu.

2. JANUAR



OVE GODINE POSVETIĆU SE MENTALNOM RADU, ZA PROMENU

Mnogi od vas na početku godine odluče da će promeniti određene navike, ali pošto ne menjate sebe, odluke brzo padaju u vodu. Dok se ne promenite iznutra i dok se ne pozabavite mentalnim radom, spolja će sve ostati isto. Treba da promenite svoj način razmišljanja – samo misao. Čak i mržnja prema sebi odraz je mržnje prema razmišljanju o sebi.

Kakvu pozitivnu promenu možete da poklonite sebi ove godine? Šta biste voleli da uradite ove godine što niste uradili prošle? Čega biste voleli da se oslobodite ove godine? Čega ste se toliko grčevito držali prošle godine? Šta biste voleli da promenite u svom životu? Jeste li spremni da preduzmete sve što je neophodno da bi se dogodile te promene?

3. JANUAR



BEZBEDNA SAM DOK GLEDAM U SEBE

Ko ste vi? Zašto ste ovde? Kakva su vaša uverenja o životu? Odgovori na ova pitanja, kao i hiljadama godina ranije, nalaze se u vama, morate *pogledati u sebe*. Šta to znači?

Verujem da je u svakom od nas moć koja nas s ljubavlju može povesti ka savršenom zdravlju, savršenim odnosima s ljudima, savršenoj karijeri i obilju svake vrste. Da bismo to ostvarili, prvo moramo poverovati da je moguće. Moramo se osloboditi obraza koji stvaraju uslove kakve, po sopstvenim tvrdnjama, ne želimo. To postizemo tako što ćemo pogledati u sebe i priključiti se na moć u sebi koja već zna šta je najbolje za nas. Ako spremno predamo svoj život toj moći, koja nas voli i održava, stvorićemo život pun ljubavi i obilja.