

Lekcija 1



Svatko ima priliku ostvariti svoje životne zamisli i postići samoostvarenje. Pitanje je samo s koliko napora i u koliko vremena će to napraviti. Kao i sve što radimo u životu, proces ostvarivanja svojih ciljeva treba započeti s osnovnim postavkama i 3 NAJVAŽNIJA PITANJA:

1. **TKO sam ja?**
2. **ŠTO radim ovdje?**
3. **GDJE idem?**

Vjerovali ili ne, Vi na ova pitanja odgovarate u svakom trenutku svog života. Baš svakom trenutku. Naravno, to radite nesvjesno i u tome leži kvaka. Bit je odgovarati na njih svjesno. Na ta pitanja odgovarate u odnosu na situaciju u kojoj se nalazite. Pitanje "Tko sam ja?" se postavlja u smislu "tko sam ja u odnosu na ovu osobu ili u odnosu na ovu situaciju?". Ako idete ulicom i vidite da je nekome pozlilo, ovisno od toga što ćete napraviti Vi ćete dati različiti odgovor na pitanje Tko ste Vi (tko ste Vi u odnosu na tu situaciju). Jeste li indiferentni pa ćete samo proći, jeste li suosjećajni pa ćete pomoći ili ste možda bezosjećajni pa ćete tu osobu još i ismijati? Pogledajte svoje ponašanje i ono će Vam dati odgovor na pitanje tko ste Vi u bilo kojoj situaciji. Važno je svjesno odgovarati na to pitanje jer onda se nećemo dovoditi u situaciju da idemo protiv sebe.

Isto vrijedi i za druga 2 pitanja. Ako ne znate što radite ovdje ("ovdje" možete definirati kako je god potrebno u određenoj situaciji. "Ovdje" može biti "ovdje u svemiru" ili "ovdje u firmi" ili "ovdje kod kuće") i ako ne znate gdje idete (također se definira po situaciji) onda ste pomalo izgubljeni. Nemojte se sada iznenaditi kada Vam kažem da je "u redu" ako ne znate odgovor na ta pitanja, ali onda barem osvijestite i priznajte da ne znate. To je uvijek prvi korak prema ičemu, osvještavanje vlastitog stanja i statusa.

Ivan Bavčević – Uspješan život – Besplatne lekcije

Postavite si ova 3 pitanja vezano za svaku od životnih situacija. Uzmite komad papira i zapišite si tko ste, što radite ovdje i gdje idete u svakom od aspekata: poslovnom, obiteljskom, ljubavnom, duhovnom, društvenom, itd.

Neka nam ovo bude prvi korak ka uspješnom životu. Evo, imate 7 dana do sljedeće lekcije i sljedećeg zadatka. Ovo možda izgleda kao nešto lagano, ali vjerujte mi zahtjeva introspekciju i iskrenost prema samome sebi.

Lekcija 2



U prvoj smo lekciji odgovarali na 3 NAJVAŽNIJA ŽIVOTNA PITANJA:

1. **TKO sam ja?**
2. **ŠTO radim ovdje?**
3. **GDJE idem?**

Nadam se da Vam nije došla muka od tih pitanja :). Baš sam s jednom djevojkom neki dan na Facebooku razgovarao o tome kako se u teškim životnim situacijama uopće ne sjetimo postaviti si ova pitanja jer se totalno zanesemo u ono što nam se događa.

Uistinu, najlakše nam je zabiti glavu u pijesak i praviti se da problema nema, ali mi ćemo na ova 3 pitanja odgovarati svojim akcijama bile one svjesne ili ne. Kada radimo to nesvjesno tada se zaplićemo u probleme i osjećamo se kao da smo izdali sami sebe, kao da smo išli protiv sebe. Cilj je zapravo da nam odgovori u vidu naših akcija budu svjesni jer tada nećemo raditi nepotrebne kompromise na vlastitu štetu. Tada se nećemo dovoditi u situacije iz kojih nam je teško izaći i nećemo prihvaćati stvari, poslove, odnose i situacije koje nas negiraju.

Smijem li Vas pitati tko ste Vi zapravo? Ili da to ostavim za susret u živo uz kavu kojom ću Vas počastiti.

Ivan Bavčević – Uspješan život – Besplatne lekcije

Za ovu drugu lekciju htio bih Vam prenijeti iskustvo predanosti koje mi je zapravo bilo prvi i glavni alat u postizanju životnog ostvarenja. Moram priznati da sam se do sredine srednje škole dosta mučio sa sobom i okolnostima. Ništa u mom djetinjstvu i okolnostima nije bilo posebno negativno (zapravo, imam sreću imati divne roditelje i rodbinu), ali unatoč tome što sam se ljudima uglavnom sviđao, nisam imao sreće u romantičnim odnosima, u trajnim prijateljstvima i u unutarnjem zadovoljstvu. Lice mi je bilo prepuno akni kao jedan pokazatelj činjenice da se nisam pretjerano volio, a lako sam gubio živce i pokazivao bijes.

Jednog dana mi je najbolji prijatelj napravio nešto zbog čega sam se osjetio potpuno izdano, napušteno i usamljeno. Totalno me shrvalo. Izgleda da je nama ljudima potrebno da se dogodi nešto negativno i da se osjećamo kao "govno" da bismo zaronili malo dublje u svoje biće i doživili osobni rast. Izgleda kao da nam je potrebna katarza kako bismo se izdigli i preporodili. Jedan azijski narod ima običaj moliti Boga za probleme jer tada misle na njega, a kada nemaju probleme onda ga se rijetko ili nikada sjete :).

Kako bilo, u tom stanju povrjeđenosti mi je u ruke došla priča o Josipu kojeg su braća ostavila da umre u pustinji jer su bili ljubomorni na njega zbog očeve privrženosti i ljubavi prema njemu (priču ću skratiti u odnosu na original). Nakon nekog vremena je pustinjom prolazila karavana koja ga je spasila i odvela ga u Egipat gdje je bio rob jednom veleposjedniku bliskom faraonu. Da ne duljim priču, Josip je uspio postati jako blizak faraonu i prorekao je da će nastupiti 7 godina blagostanja popraćeno sa 7 godina suše i gladi. Faraon ga je postavio za upravitelja robnih zaliha kraljevstva i pod njegovom upravom Egipat nije doživio glad.

Međutim, drugi su narodi u susjedstvu gladovali i jednog su dana došla njegova braća moliti Egipat za pomoć za svoj narod, a nisu znali da je njihov brat živ i na toj poziciji. Kada su otkrili da razgovaraju s Josipom pali su na tlo moleći oprost, a on im je rekao da ustanu i da se ne brinu, već da budu radosni. Pitao ih je: **"Zar ne vidite da je tako moralo biti? Da me niste**

Ivan Bavčević – Uspješan život – Besplatne lekcije

ostavili u pustinji ne bih završio u Egiptu i ne bih bio na ovoj dužnosti na kojoj mogu dati dovoljno hrane za spasiti naš narod."

Sve su okolnosti uvijek savršene i možda razlog nekog, naoko, negativnog događaja nećemo doznati odmah, ali s malo strpljenja uvijek ćemo vidjeti da je dobro da se nešto dogodilo. ***Uvjerenje da se sve i baš sve uvijek događa za Vaše najviše dobro, dovesti će Vas do mira uma, do prihvaćanja svih situacija, do odbacivanja osvete, do veće ljubavi prema svim živim bićima i do sretnijeg bezbrižnijeg života.*** Kada prihvatimo da je sve u redu, baš onakvo kakvo treba biti, tada svijetu i svemiru šaljemo poruku da nismo žrtve okolnosti već kreatori vlastite sudbine.

Dio smo nečeg većeg što postoji kao dio nas, a mi postojimo kao dio toga. Okolnosti će se uvijek posložiti kako bismo dobili priliku za doživiti sebe na temelju odgovora na ona prva 3 pitanja.

Odgovorite na 3 pitanja, a zatim se prepustite savršenstvu svemira da stvori situacije koje će Vam dozvoliti da se doživite u slici i prilici koju ste zamislili.

Za svaka pitanja sam uvijek dostupan na email, a komentare možemo dijeliti i na mojoj [Facebook stranici](#).

Lekcija 3



Evo nas i na trećem susretu i koraku ka sebi. Do sada smo prošli 3 najvažnija pitanja te stanje predanosti, vjere u sebe i povjerenja kako je sve baš onakvo kakvo treba biti.

Ne znam jeste li uspjeli prožvakati ovo zadnje, ali u redu je ako niste. Nije lako prihvatiti da se sve događa s razlogom i za naše najviše dobro. To nas čak i ljuti, ako ne i razbješnjuje. Kada vidimo "nepravdu, patnju, bol" i slično, ne možemo prihvatiti da je sve savršeno i baš kako treba biti. Ostavio bih to za drugi put ili susret u živo. Razgovorom bismo puno više dobili.

Možda samo jedan mudra priča prije nego krenem dalje: "Sjedio jedan čovjek godinama na kamenu i žalio se Bogu i molio ga za pravdu u svijetu. Žalio se kako nema pravde i kako bi se Bog trebao pobrinuti za pravdu. Nakon nekoliko godina slušanja žalbi i prigovaranja manifestira se Bog u fizičkom obliku ispred njega i kaže mu da se ustane s kamena i sjedne na tlo. Čovjek to uradi, a Bog uzme kamen na kojem je sjedio i stavi mu ga u krilo te mu kaže: "Pravedno bi bilo da sada kamen sjedi na tebi koliko si dugo ti sjedio na njemu." :) Ova me priča uvijek uspije nasmijati!

Sada bih se usredotočio na jednu istinu koja glasi: SAMO LJUBAV

POSTOJI. Pod ljubav ne mislim na romantičnu vezanost između dvoje ljudi niti na neki holivudski prikaz te već po malo izlizane riječi i mislim da je žalosno što smo riječ koja označava "ono što jesmo" iscrpili do razine da je izgubila svoje značenje.

Vjerujete li mi kada Vam kažem da mržnja ne postoji? Kao ni strah, nemir, ljutnja, zavist, pohlepa i nasilje. Ništa od toga ne postoji. Pokušate li, možete mi dokazivati primjerima iz života kako vi sve to vidite i kako sve to postoji u svijetu oko nas i u nama samima, ali ja ću Vam i dalje odgovoriti kako sve to

Ivan Bavčević – Uspješan život – Besplatne lekcije

ne postoji. **Negativno ne postoji. Postoji samo pozitivno.** Negativno možete osjetiti, ali to nije kvaliteta koja postoji.

Vjerujete li mi da mrak ne postoji? Uistinu, mrak možete doživjeti i osjetiti, ali on ne postoji. Mrak se ne može upaliti ili proizvesti. Isto vrijedi i za hladnoću. Možete ju doživjeti i osjetiti, ali ona ne postoji.

Kako se definira hladnoća? Jezikom fizičara, hladnoća je odsustvo topline. Toplina postoji, hladnoća ne postoji. Hladnoća ima svoju granicu, toplina nema granicu. Kako se definira mrak? Mrak je odsustvo svjetla. Svjetlo postoji, ali mrak ne postoji.

Sada primjenite to na mržnju, strah, zavist, ljubomoru, nasilje i drugo. Kako se definira strah? Što je zapravo suprotnost ljubavi? Strah je odsustvo ljubavi. Strah ne postoji, ljubav postoji. Pošto samo pozitivno postoji onda je **LJUBAV JEDINO ŠTO POSTOJI**. Sve ostalo ne postoji, sve ostalo je samo rezultat odsustva pozitivne kvalitete.

Razmislite o tome kako reagirate na tuđu mržnju, ljubomoru, strah, zavist i ljutnju. Je li uzvraćate mržnjom, ljutnjom, ljubomorom i nemirom?

Što činite kada je mrak? Je li ga napadate s još mraka? Borite li se protiv mraka u svojoj kući ili jednostavno jednim laganim pokretom ruke **UPALITE SVJETLO?** Što činite kada Vam je hladno? Borite li se protiv hladnoće dodavajući hladnoću ili jednostavno upalite peć ili grijalicu?

Dakle, što činite kada ste okruženi negativnošću, ljutnjom i mržnjom? Odgovarate li istom negativnošću? Vjerovali ili ne, potrebno je upaliti svjetlo, upaliti peć, upaliti ljubav i razumijevanje.

Upalite ljubav i strah će nestati. Ovo je metafizika svih učenja kroz tisućljeća. I ne budite glupi i naivni. Određene situacije zahtjevaju našu čvrstoću i ustrajnost i neodstupanje. Kamen je čvrst, ali ne mora biti hladan. Ljubav ne znači popustljivost, odstupanje od svojih uvjerenja i podilaženje

Ivan Bavčević – Uspješan život – Besplatne lekcije

drugima. Ljubav znači djelovati u skladu sa svojom ispravnosti i svojom dužnosti. Vatra gori jer je njena "dužnost" da gori. Vatra ne pita je li gori nečija kuća ili gore drva za ogrijev. Kiša pada i ne pita je li zalijeva korov ili žitna polja. Sunce sija i ne pita grije li pustinju ili tropske plaže.

Što je vaša dužnost? Djelujete li s ljubavlju i u skladu sa svojom "svrhom"?

Na kraju Vam još samo želim reći da smo svi mi ljudi puno više nego što možemo zamisliti da jesmo. Otkrijte veličanstveno biće koje jeste.

Za svaka pitanja sam uvijek dostupan na email, a komentare možemo dijeliti i na mojoj [Facebook stranici](#).

Lekcija 4



Iako sam vam obećao 3 besplatne lekcije, ***nisam mogao odoljeti da Vam ne pružim još vrijednih znanja i iskustava pa sam napravio dva BONUS teksta!***

Mnogima je ovo zadnje vrijeme izrazito dinamično i prepuno promjene. Promjena je toliko izražena, brza i temeljita da se jednostavno nije lako nositi sa svime. Sve više nas shvaća da ne može nastaviti život na isti način kao do sada. U vremenu kada se urušava neodrživi gospodarski sustav, kada su društveni poremećaji jasno izraženi, kada na vidjelo izlaze mnoge ljudske negativnosti i nedostatak vrijednosti, i kada je budućnost donekle neizvjesna, ***jedino što možemo napraviti je pobrinuti se da svoj život izgradimo na temeljima jednog novog načina funkcioniranja.***

Imamo priliku shvatiti da je sve povezano i da svaka jedinka utječe na sve ostale. **Promjena u nama će utjecati na promjenu u drugima.** Što nas se više oslobodi začaranog kruga to će društveni, gospodarski i svaki drugi

Ivan Bavčević – Uspješan život – Besplatne lekcije

preporod biti brži i lakši.

Novi način funkcioniranja traži da svoje odluke i djela temeljimo na urođenim univerzalnim ljudskim vrijednostima: ljubavi, miru, istini, ispravnosti i nenasilnosti. **Traži da shvatimo kako planet Zemlja može bez nas, ali mi ne možemo bez nje** (Jedan tim znanstvenika proveo je temeljito istraživanje o utjecaju izumiranja životinjskih i biljnih vrsta uzrokovanog ljudskim djelovanjem i za svaku je vrstu utvrdio da će njeno izumiranje na neki način negativno utjecati na eko sustav jer je svaka vrsta ključna u tom lancu. Također je utvrđeno da bi izumiranje čovjeka jedino bilo bez negativnih utjecaja na cjelokupni lanac i da bi zapravo imalo pozitivan utjecaj. Zemlja je prošla puno gore stvari od ljudske civilizacije i preživjela je pa će preživjeti i nas. Zemlja ne treba našu zaštitu, ali mi trebamo zaštitu od nas samih).

Novi sustav traži da se okrenemo sebi i da pogledamo vodi li nas ovakav način života do istinskog životnog cilja. **Traži da se volimo, smijemo, veselimo i uživamo u svakom trenutku.** Traži da ne budemo strojevi u rukama proizvodnje. Traži da prestanemo živjeti u strahu i da hrabro živimo svoje snove.

Naravno, ništa od ovoga mi ne trebamo napraviti. Možemo nastaviti kao i do sada pa dok traje, traje.

Znati ćete da ste počeli živjeti na novi održivi način kada (preuzeto iz knjige *Home with God*):

1. Nikada nemate negativne misli u svom umu.
2. Ako se i negativna misao provuče, odmah je izbacite iz uma. Razmišljate o nečem pozitivnom, namjerno.
3. Ne samo da znate tko ste, već to i cijenite i živite.
4. Volite se u potpunosti, baš takvi kakvi jeste.
5. Volite sve druge u potpunosti, baš takve kavi jesu.
6. Volite život u potpunosti, baš takav kakav jest.
7. Svima opraštate sve.
8. Nikada namjerno ne povrijedite drugo biće.

Ivan Bavčević – Uspješan život – Besplatne lekcije

9. Nikada ne oplakujete smrt druge osobe, čak ni na tren. Možete oplakivati svoj gubitak, ali ne i njihovu smrt.
10. Nikad se ne bojite svoje smrti, čak ni na tren.
11. Svjesni ste da je sve vibracija. Stoga obraćate pažnju na sve što mislite, govorite, činite, jedete, gledate, čitate, slušate.
12. Činite sve da uskladite vibraciju svoje energije s onim što znate kao svoj najviši cilj.

Da biste došli do tog znanje koristite ono što sam Vam rekao u prvim koracima. ***U svakoj se situaciji pitajte: Tko sam ja u odnosu na ovo?*** A onda se pitajte i općenito: Tko sam ja? Jesam li ovo tijelo, um, mozak?

Osim preispitivanja, svakodnevno koristite 5 jednostavnih alata (preuzeto iz knjige J mi se!):***

1. **OPUSTITE SE** - sjednite u fotelju ili na pod i opuštajte mišiće i stanice od najudaljenijeg prsta na nozi do dlake na glavi. Radite ovo barem 10 min dnevno. Toliko će Vam se svidjeti da nećete htjeti prestati.
2. **PREPUSTITE SE** - prepuštanje je tehnika stara tisućama godina. Kao što se Hindusi i Budisti prepuštaju Šivi, Rami, Krišni ili Budhi, Kršćani Kristu, a domoroci majci Zemlji, predlažem da se i vi prepustite onome što Vam je blisko i sveto. Prepustite se životu. Život je nezaustavljiva rijeka i nema smisla boriti se s njime. Surađujte sa životom i usmjeravajte svoj tok, ali ne plivajte uzvodno, osim ako Vam to nije životni zadatak :)
3. **PRIHVATITE** - prihvatite da se sve događa za Vaše najviše dobro. Sve je savršeno, baš kako treba biti.
4. **PROMATRAJTE SVIJET** - promatrajte i donosite svjesne odluke. Promatrajte nepristrano.
5. **SVJESNO DIŠITE** - za ovo isto odvojite 10 minuta i radite u isto vrijeme dok se opuštate. Udahnite stomakom kroz nos, a zatim lagano izdahnite. Zamislite da ste stražar na ulazu u grad koji promatra prolaznike kako ulaze i izlaze, ali ne ide za njima unutra. Tako i Vi usmjerite svoju pažnju na ulaz u nosnice i promatrajte zrak kako ulazi i izlazi. Budite svjesni svakog udaha i svakog izdaha.

Lekcija 5



Godina je poplavna i zemljotresna, kako kaže jedna pjesma naše poznate pjesnikinje Vesne Krmpotić. Ujedno je i ubrzana, ispunjena događanjima i promjenama. Svaka kriza donosi priliku za one koji vide. Kada brod tone ljudi oblače pojaseve za spašavanje i iskaču s broda. Tone li Vaš brod i tonete li skupa s njim ili ste se spremili iskočiti na vrijeme? Našem se društvu događa da su oficiri odavno skočili u glisere, a ostale pustili u neznanju da potonu. Oni koji vide na vrijeme što se događa mogu "pokrenuti proizvodnju pojaseva i splavova za spašavanje" te na tome osigurati dobar prihod, zaposliti ljude, ali i učiniti humano djelo.

Odlučio sam Vas malo podsjetiti zašto ste se prijavili na ovu listu i vidjeti kako Vam ide. Prošlo je mjesec dana od Vaše registracije i važno je vidjeti ima li vidljivih promjena ili su prisutni isti problemi kao i prije nekoliko mjeseci.

Važno se pod hitno trgnuti iz toplog sna, jer to je ipak samo san pa makar bio i noćna mora.

Pogledajte što se događa oko Vas, na poslu, u obitelji, na ulici, na televiziji (ako je uopće gledate), u srcu i u umu. Pogledajte gdje sve vodi. **Raste te li ili padate? Idete li naprijed ili nazad? Jeste li sretniji ili nesretniji?** Počnite nešto činiti, što god, samo nemojte mirno gledati kako Vam se događa život. Događajte se Vi njemu. Odlučujte o svojim djelima, neka ne budu mahinalna i iz navike.

Razmislite po čemu biste voljeli da Vas pamte kada jednog dana napustite tijelo. Bez čega ne biste mogli otići, a da niste ostvarili ili učinili. Vaše srce čezne upravo za tim. Nemate što čekati, krenite u ostvarenje toga upravo danas. Pogledajte što je to, gdje ste danas i što trebate napraviti da tamo stignete. Odlučite tko i što želite biti, a što imate za činiti će se tada nametnuti samo od sebe.