

Biblioteka alter:ego

Naslov originala *Courageous Dreaming*

Copyright © Alberto Villoldo, 2008.

Prvi put objavio Hay House Inc. USA, 2008.

Hrvatsko izdanje © Planetopija, 2013.

Prevela **Aleksandra Barlović**
Lektorirala **Ljiljana Puljar-Matić**
Uredila **Merima Nikočević Ibrahimpašić**
Korektorka **Željka Roguljić**
Naslovnica **Bee biro, Zagreb**
Grafičko oblikovanje **Melita Malusà Vukašinović**
Tisak **Kerschoffset, Zagreb**
Za nakladnika **Marina Kralj Vidačak**
Nakladnik **Planetopija, Zagreb**

Sva prava pridržava nakladnik. Nijedan dio ove knjige ne smije se upotrijebiti niti reproducirati na bilo koji način bez pisane dozvole, osim u slučaju kratkih navoda u kritikama ili ocjenjivačkim člancima. Za sve obavijesti možete se obratiti nakladniku.

ISBN 978-953-257-275-9

CIP zapis dostupan u računalnome katalogu Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu pod brojem 848506.

Dr. Alberto Villoldo

SANJATI ODVAŽNO

*Kako šamani sanjanjem
stvaraju svijet*

Zagreb, 2013.

Sadržaj

<i>Uvod</i> Sanjati odvažno	9
PRVI DIO • Od noćne more do sna	25
<i>1. poglavlje</i> Bijeg iz more	27
<i>2. poglavlje</i> Scenariji naših mora	46
<i>3. poglavlje</i> Buđenje u stanju sanjanja	69
<i>4. poglavlje</i> Svijest, stvarnost i četiri razine percepcije	85
<i>5. poglavlje</i> Četiri vrste hrabrosti	99
DRUGI DIO • Od sanjanja do hrabrog djelovanja	117
<i>6. poglavlje</i> Hrabrost kao djelovanje	119
<i>7. poglavlje</i> Prakticirati istinu	142
<i>8. poglavlje</i> Očistite svoju rijeku	162
<i>9. poglavlje</i> Budite spremni umrijeti u bilo kojem trenutku	181
Pogovor	195
Zahvale	196
Bilješka o autoru	197

Sanjati odvažno

Mi smo ono što mislimo.

Sve što jesmo nastaje s našim mislima.

Svojim mislima stvaramo svijet.

BUDDHA

Bez obzira na to jesmo li toga svjesni ili nismo, svi sanjanjem stvaramo svoj svijet. Ne upuštamo se u čin spavanja koji nam je vrlo poznat, nego u sanjanje koje izvodimo otvorenih očiju. Ako nismo svjesni da moć stvaranja dijelimo s univerzumom, ta moć nam izmiče i naš san postaje mora. Počinjemo se osjećati kao žrtve nepoznatog i zastrašujućeg svijeta na koji ne možemo utjecati, a događaji naizgled upravljaju nama i drže nas u zamci. Jedini način da toj strašnoj stvarnosti stanemo nakraj jest uvidjeti da je i ta stvarnost san – a potom shvatiti da posjedujemo sposobnost pisanja bolje priče, na čijem će ostvarenju univerzum surađivati s nama.

Priroda svemira je takva da vaša vizija sebe i svijeta, kakva god bila, postaje stvarnost. Čim uvidite moć koju posjedujete, počinite koristiti mišiće hrabrosti. Tada možete hrabro sanjati: otpustiti svoja ograničavajuća vjerovanja i probiti se kroz svoje strahove. Možete početi osmišljavati uistinu izvoran san koji klija u vašoj duši te donosi plodove u vašemu životu.

Odvažno sanjanje omogućuje vam stvarati na izvoru, iz kvantne juhe univerzuma, u kojoj sve postoji u latentnom ili potencijalnom

stanju. Fizičari znaju da u kvantnom svijetu ništa nije "stvarno" dok nije opaženo. Pojedinačni paketići energije poznati kao "kvanti" (koji se sastoje od čestica materije, ali i svjetlosti) nisu "ovdje" ni "ondje". Na određeni su način posvuda u prostoru/vremenu sve dok ih vi ili ja ne odlučimo opaziti. Kad ih opazimo, izdvojimo ih iz mreže beskonačnih mogućnosti te ih smještamo u događaj u vremenu i prostoru. Ti kvanti energije rado se međusobno povezuju nakon što odaberu određeni oblik očitovanja. Čim se očituju, stvarnost postaje utvrđena: naša stvarnost je "ovdje" umjesto posvuda.

Ali, kvantni događaji ne događaju se samo u laboratoriju. Događaju se i u našem mozgu, na ovoj stranici i posvuda oko nas. Čak i ako su međusobno udaljeni milijunima kilometara, ili danima, odnosno tjednima, ti kvanti energije ostaju tijesno povezani. Stoga ako ostvarite interakciju s jednim, utječete na cijeli sustav kojemu ta energija pripada. Kad pristupite bilo kojem dijelu sna velike matrice svijeta, u stanju ste promijeniti stvarnost i izmijeniti cijeli san, a učinci će odjeknuti kroz prošlost te utjecati na budućnost.

Suvremena fizika opisuje ono što čuvari drevne mudrosti Sjeverne i Južne Amerike odavno znaju. Ti šamani, poznati kao "Čuvari Zemlje", kažu da ovaj svijet stvaramo samim time što mu svjedočimo. Znanstvenici vjeruju da to možemo u samo vrlo malenom, subatomskom svijetu. Šamani shvaćaju da sanjamo i veći svijet, koji doživljavamo osjetilima.

Kao i australski Aboridžini, Čuvari Zemlje žive u okruženju u kojemu vrijeme sanjanja nije smješteno u područje spavanja, kao što je smješteno za većinu nas. Oni znaju da cijeli svijet nastaje iz te matrice stvaranja i vraća se u nju. Vrijeme sanjanja prožima svu materiju i energiju, povezujući svako biće, svaki kamen, svaku zvijezdu i svaku zraku svjetlosti ili trunku kozmičke prašine. Stoga je moć sanjanja zapravo moć sudjelovanja u samom stvaranju. Sanjanje stvarnosti nije samo sposobnost nego i dužnost koju svi ljudi moraju spretno obavljati, kako bi naši unuci naslijedili svijet u kojemu će moći živjeti u miru i obilju.

Zapravo smo već iznimno podrobno sanjali i stvorili naš univerzum. Neposredno nakon velikog praska 99,99 posto sve materije i antimatetije u svemiru međusobno se poništilo. Zvijezde i galaksije koje danas vidimo oko sebe zapravo su sve što je preostalo, majušan dio onoga što je nekoć bilo. Da se omjer materije i prostora u univerzumu promijenio za samo milijarditi dio postotka, zakoni fizike koji omogućuju nastanak života ne bi bili mogući. Veliki prasak morao je biti toliko savršeno organiziran i proračunat da urodi samo jednim dijelom materije u deset na pedesetu potenciju zvjezdane prašine. To je podijeljeno s deset iza kojeg slijedi pedeset nula, ni manje ni više. To može biti slučajnost samo ako zamislimo postojanje vrlo velikog broja univerzuma u svemiru, u kojemu bi malo vjerojatan događaj poput nastanka našega univerzuma bio vjerojatan!

Još više zbunjuje fino usklađivanje parametara univerzuma koje se dogodilo na površini Zemlje i više od milijardu godina održavalo savršenu temperaturnu ravnotežu između ledišta i vrelišta vode. Nevjerojatnost tih omjera koji omogućuju pojavu života upućuje na prisutnost inteligentne sile, ne stvoritelja ili Boga, nego moći univerzuma, koju Čuvari Zemlje nazivaju “vrijeme sanjanja” ili “beskonačnost”.

Čuvari Zemlje iz područja Anda i Amazone, koji su me poučavali, vjeruju da moći te sile možemo pristupiti samo podizanjem vlastite razine svijesti. Tada postajemo svjesni da smo poput kapi u golemom, božanskom oceanu, zasebni, ali uronjeni u nešto mnogo veće od nas. Tek kad iskusimo svoju povezanost s beskonačnošću, postajemo sposobni sanjati djelotvorno. Štoviše, osjećaj odvojenosti od beskonačnosti drži nas zarobljenima u mori. Ako vam ovo zvuči kao cirkularno razmišljanje, u pravu ste. Što je bilo prvo: mora ili osjećaj odvojenosti od beskonačnosti? Odgovor jest da se to događa istodobno.

Da biste okončali tu moru – da biste ponovno preuzeli svoju moć sanjanja stvarnosti i oblikovanja nečega boljeg – potrebno vam

je više od uviđanja kako taj proces funkcionira. Potrebno vam je duboko razumijevanje vlastite moći sanjanja i njezino doživljavanje u svakoj stanici vašega tijela. Intelektualno poimanje sposobnosti stvaranja stvarnosti oponaša, ali onemogućuje sanjanje za kakvo ste sposobni. Ako ne prekoračite intelektualno poimanje ovog koncepta, snizit ćete kriterij i naposljetku stvarati manje veličanstven i manje lijep doživljaj svijeta od onoga koji ste sposobni stvoriti. Uz duboko razumijevanje vlastite moći sanjanja uviđate da to iskustvo beskonačnosti možete doživjeti ovdje i sada te se prestati osjećati odvojeno i isključeno.

Potrebno je imati hrabrosti da bi se kušala beskonačnost. Prema grčkoj mitologiji, bogovi su brzo kažnjavali svakog smrtnika koji se usudio popeti na Olimp i kušati božansku moć. No, naposljetku su nagrađivali one koji su imali hrabrosti zakoračiti u njihovo područje, kao što su to učinili Heraklo i Psiha. Slično tome, čim su Adam i Eva prema judeokršćanskoj predaji prekršili Božju zapovijed te jeli plod s drva spoznaje dobra i zla, učinivši ljudska bića sličnijima Bogu, On ih je izbacio iz raja "da ne bi sada pružio ruku, ubrao sa stabla života pa pojeo i živio navijeke". (Knjiga postanka 3:22) Ali, unatoč tom prvom grijehu čovječanstva, svim je ljudima obećana mogućnost da po svršetku svijeta borave u raj.

Kad iskusite sanjanje, uviđate da se sve u vašem životu odvija u savršenom sinkronicitetu. Događaji se možda ne odvijaju onako kako biste vi željeli, ali se u širem kontekstu *odvijaju* u savršenom skladu. Primjerice, zakasnite na vlak kojim inače putujete na posao upravo na dan kad teroristi napadnu Svjetski trgovački centar pa preživite (što se doista dogodilo jednom mojem učeniku). Ili vam sin kaže da je primljen na željeni koledž u tjednu kad vi dobivate povišicu kojoj ste se nadali. Ako se, s druge strane, doima da se univerzum urotio protiv vas, morate promijeniti san.

Odvažno sanjajući, otkrivete da vas problemi više ne svladavaju i ne definiraju vaš život. Iako se suočavate s vrlo stvarnim teškoćama, uvijek možete istkati junačku priču o svojem odnosu prema

njima, umjesto da tkate oslabljujuću sagu o patnji. Uvidjet ćete da možete prestati biti žrtva, pokušavati sami popraviti svijet ili osjećati želju za osvetom onima koji su vam naudili. Uvidjet ćete da je vaš život upravo onakav kakav bi u ovom trenutku trebao biti i bit ćete sposobni otpustiti sve priče zbog kojih se osjećate sputano i nesretno te se istresate u ordinaciji svojega psihoterapeuta. Počet ćete sanjanjem stvarati svijet i sve će se promijeniti.

Čuvari Zemlje vjeruju da je ovaj svijet stvaran, ali samo zato što smo ga stvorili sanjanjem. No, sanjanje iziskuje čin hrabrosti jer, kad je nemamo, moramo prihvatiti svijet koji stvaraju naša kultura ili naši geni – osjećamo da moramo pristati na moru. Da bismo sanjali odvažno, moramo biti voljni koristiti svoje srce. U suprotnom će naši snovi zastati na razini razmišljanja, planiranja i pretjeranog zabrinjavanja. Tada će se naš san pretvoriti u moru ili u puku maštariju, zarobivši nas ili se udaljavajući dok se mi pitamo: *Što se dogodilo?*

Sjećam se jednoga od svojih prvih putovanja u područje Amazona. Bio sam mlad antropolog i istraživao postupke iscjeljivanja koje primjenjuju šamani iz prašume pa sam odlučio sâm se podvrgnuti iscjeljivanju. Vraču iz prašume objasnio sam da sam kao dijete pobjegao iz svoje zemlje zbog komunističke revolucije. Vidio sam krvoproliće na ulicama i plašio se noćne pucnjave. Od tada sam patio od opetovanih noćnih mora u kojima naoružani ljudi upadaju u moj dom i odvođe ljude koje volim. U to sam vrijeme bio u kasnim dvadesetima, ali nisam uspijevaio uspostaviti trajnu vezu jer sam strahovao da ću izgubiti voljenu osobu, kao u noćnoj mori.

Šaman mi je tijekom jednog obreda iscjeljivanja objasnio da, kao i svi, mogu imati ono što želim ili mogu imati razloge zbog kojih to ne mogu imati. “Previše si zaljubljen u svoju priču”, rekao mi je taj starac. “Sve dok se ne usudiš sanjati drugačiji san, doživljavat ćeš samo moru.”

Te večeri naučio sam kako mogu osmisliti drugačiju priču za sebe, priču u kojoj me je nevolja osnažila, a iskustva poučila suosje-

ćati s onima koji pate. Prvi korak prema sanjanju mogega novog sna bilo je stvaranje nove priče u kojoj nisam ostvarivao ulogu žrtve. Tada sam shvatio da ne samo što sanjam svoj život nego sanjanjem stvaram i cijeli svemir, baš kao što je svemir činio sa mnom.

Iako se um tome opire, činjenica je da i vi, kao i ja, možete izabrati: imati život kakav želite ili razloge zbog kojih ga ne možete imati. Možete uživati u radosti i miru ili možete neprestano biti opterećeni velikom crnom vrećom punom žalosnih događaja i nezgoda koji su vam se dogodili u djetinjstvu ili u prošloj vezi. Možete trpjeti bol svojih rana ili možete uživati u svojoj uzvišenosti. Možete živjeti životom žrtve, opterećeni traumama vlastite prošlosti ili možete živjeti životom junaka, ali ne možete oboje. Ako se želite osjećati moćno, morate svjesno donijeti odluku o stvaranju svetog sna te prakticirati odvažnost.

Hrabro sanjanje događa se u stanju percepcije koje Čuvari Zemlje nazivaju razinom *kolibrija*. Kolibri je arhetip junačkog putovanja – i vi ćete, poput njega, koji put neizbježno krenuti u pogrešnom smjeru. Međutim, kad god se vratite spoznaji da sanjate svoju stvarnost, produbit ćete svoje razumijevanje vlastitog putovanja i osjećati veću posvećenost. Bit ćete sposobni mirno i sa smislom za humor prihvatiti vječno promjenjiv krajolik koji vas okružuje i čak ćete doživjeti milost.

Uviđanje da živite u mori

Riječ *sanjanje* priziva čudne sljedove slika koji prolaze našim umom dok spavamo. Snovi mogu biti i metafore: nastojimo ostvariti američki san, kupiti kuću iz snova, živjeti ljubav iz snova ili postići karijeru o kojoj sanjate. Promatrajući probleme u našem svijetu, kažemo kako sanjamo o tome da će siromaštvu, nasilju i globalnom zatopljivanju doći kraj, ali želimo reći kako vjerujemo da se upuštamo u puko priželjkivanje i opisujemo ono za što smatramo da se

zapravo nikada ne može ostvariti. Ali, ni naše tvorevine u snu ni priželjkivanje nisu sanjanje koje ćemo istraživati u ovoj knjizi.

Ako ste poput većine ljudi, vaš prvotni plan za "život iz snova" u određenom je trenutku pošao po zlu. Istraživali ste što je pošlo po zlu, preinačili plan, potisnuli razočaranje i pokušali ponovno... i ponovno doživjeli neuspjeh. Možda ste u fazi u kojoj počinjete gubiti vjeru da možete živjeti ispunjenim i smislenim životom ili možda osjećate da nemate moć stvarati sudbinu kakvu želite. Možda vam je pozornost odlutala i zaboravili ste što ste u početku zamislili pa sada osjećate kao da živite automatski i niste sigurni u svoju svrhu. "Sanjanje" se može doimati frustrirajućim i uzaludnim.

Kad se zapletemo u aktivnosti svakodnevnog preživljavanja, ali i pokušaja da oblikujemo život za koji nam um govori da bi nas trebao usrećiti, možemo se zbuniti. Veza se pokvari, bezbrižan život iščezne, a računi se gomilaju – ili se osvrćemo oko sebe gledajući sve simbole uspjeha koje smo stekli i pitamo se zašto nas ne usrećuju. Naša formula za blaženstvo pretvara se, u najboljem slučaju, u recept za banalnost ili, u najgorem slučaju, u patnju, a naš san postaje mora.

Koliko god željeli smatrati da živimo odvažno i izvorno, skloni smo rano izgubiti žar za pustolovinom jer se počinjemo prilagođavati kulturalnim očekivanjima o tome kako bismo trebali razmišljati, osjećati se i postupati. Poučeni smo živjeti u kulturalnoj mori koja promiče bezvoljnost umjesto hrabrosti i prilagođavanje umjesto izvornosti. Ne osjećamo ispunjenost ni svrhovitost, ali se ne usuđujemo priznati da naš život ne funkcionira onako kako bismo željeli. Sama pomisao na snošenje posljedica promjene postojećeg stanja može biti toliko zastrašujuća da jednostavno ostajemo ondje gdje jesmo i plašimo se podizati prašinu.

Tako je bilo dok sam bio na Državnom sveučilištu u San Franciscu. U to sam vrijeme bio jedan od najmlađih kliničkih profesora u sustavu državnih sveučilišta i vodio svoj laboratorij, Laboratorij za biološku samoregulaciju. Jednoga dana sinulo mi je da možda gle-

dam kroz pogrešan kraj mikroskopa i da bih možda trebao, umjesto da proučavam sve sitnije i stinije detalje nastojeći razumjeti um, gledati sve širu sliku ne bih li sagledao paradigmu čija su pravila o vremenu i prostoru znatno drugačija od onih kojima sam poučen. Tada sam začuo slabašan zov koji me je upućivao napustiti laboratorij i otputovati u područje Amazone, gdje ću proučavati šamane koji se u potpunosti oslanjaju na moć uma i stvaraju ono što sam tada nazivao “psihosomatskim zdravljem”.

Svi moji prijatelji mislili su da sam poludio, da odbacujem karijeru koja je mnogo obećavala zbog divlje pustolovine u džungli. Jedini kojemu je bilo drago da odlazim bio je dekan, koji je vjerovao da su sva istraživanja svijesti traćenje vremena i novca. Sjećam se kako sam se posramljeno osjećao i kako je moja obitelj bila razočarana jer napuštam “cijenjeno” radno mjesto na sveučilištu kako bih postao istraživač. (Čak i mnogo godina poslije, kad sam bio u četrdesetima i za sobom imao šest napisanih knjiga te predavanja održana na sveučilištima širom svijeta, majka me je pitala kad ću “dobiti pravi posao” na sveučilištu – položaj koji je smatrala uglednim u odnosu na ono što sam radio.)

Prisjećanje na osuđivanje u prošlosti zato što smo drugačiji u nama budi toliku nelagodu da stid projiciramo jedni na druge i prihvaćamo kolektivnu moru bespomoćnosti i straha. Sumnjičavi smo prema svima koji misle, osjećaju i postupaju drugačije od svih drugih, ali im potajno zavidimo. Kad se zapletemo u tu moru, prestajemo riskirati i postajemo cinični. Naše povjerenje u druge slabi pa tvrdimo da smo sposobni brinuti se za sebe bez ičije pomoći.

Rado bismo vjerovali da živimo kreativno, da smo ikonoklasti i silno zanimljivi, ali smišljamo svjetovne pobune kao što je vožnja upadljivog crvenog automobila umjesto automobila neutralne boje ili na posao dolazimo u havajskoj košulji umjesto odijela. Nažalost, naši su kreativni postupci postali isprazni simboli, a život je postao parodija televizijske sapunice u kojoj ljudi ostvaruju stereotipne uloge i glume dosadne stare scenarije.

Nedostatak izvornosti i odvažnosti su karakteristike naše kolektivne more. Budući da svi imamo temeljnu potrebu za osjećajem sigurnosti koji nalazimo u onome što nam je poznato, žudimo za uklapanjem i tješimo se vjerovanjem da će sutrašnji dan biti isti kao i današnji. Štoviše, psiholog Abraham Maslow, koji je identificirao hijerarhiju ljudskih potreba, ustanovio je da je potreba za sigurnošću važnija od potrebe za ljubavlju. Promjena nas potiče suočiti se s nepoznatim i prebivati u području nepoznatosti pa je izbjegavamo. Prije no što izađemo kroz vrata, želimo čvrsto jamstvo da nećemo doživjeti nikakvu nelagodu te da će naš put uvijek biti prohodan i voditi nas ravno prema našem cilju. Svaka neizvjesnost dovoljna je da nas potakne potpuno zatvoriti vrata. Doima se manje bolnim držati se poznatoga čak i ako neprestano gundamo i žalimo se koliko je to poznato strašno.

Potrebno je imati hrabrosti da bismo priznali kako ono što činimo ne daje željene rezultate. Dok sam bio u svojem laboratoriju na sveučilištu, mogao sam nastaviti primati stipendije za istraživanja za koja sam znao da neće biti važna. Nastojao sam uvjeriti samoga sebe da radim nešto korisno jer ugledne zaklade financiraju moj rad. Kad sam odlučio otputovati u područje Amazone, ni jedan od mojih pokrovitelja nije bio voljan poduprijeti moj rad, a jedini kolega koji mi je pružio potporu bio je moj profesor dr. Stanley Krippner. Kad sam uvidio da sam lagao sam sebi u pogledu važnosti svoje akademske karijere, morao sam otpustiti svoj obrazac odgovaranja na nelagodu čineći ono što sam oduvijek činio – samo uz obnovljenu predanost. Morao sam prestati nadati se da ću, budem li se dovoljno trudio, pronaći način da obavljam posao koji ima smisla i to uz blagoslov kojega od važnijih sveučilišta.

Sjedinjene Američke Države oduvijek su prihvaćale metaforu ponovnog rođenja u strasti i posvećenosti. Američke knjižare prepune su memoara sportaša i filmskih zvijezda koji su se oslobodili ovisnosti o drogama, siromašnih ljudi koji su postali iznimno bogati i pretihili te nesretnih ljudi koji su se pretvorili u mršave i

sretne ljude. Ali, bez obzira na to koliko je u nama entuzijazma za promjenu, ako ne odustanemo od snova i priželjkivanja koje nas je dovelo u moru, i dalje ćemo je stvarati u ovom ili onom obliku. Mislimo da smo se preporodili, ali uskoro otkrijemo da i dalje guramo kamen uzbrdo poput Sizifa, ne dospijevajući nikamo. Bivši partner koji nas je izluđivao više nije s nama, ali nas novi partner jednako ljuti ili nas je željena karijera ponovno dovela na radno mjesto na kojemu vlada uredska politika. Nije ni čudo da se osjećamo nemoćno! Želimo svjetski mir, ili barem mir u svojem životu, ali ne možemo razgovarati sa svojim bivšim ljubavnim partnerom ili sa sadašnjim suradnikom i ne razbjesniti se.

Možete prestati s uzaludnim nastojanjem i osloboditi se osjećaja zaglavljenosti u mori, ali samo ako naćinite korjenit zaokret u svojem poimanju stvarnosti. U tome vam neće pomoći nijedan tećaj samopomoći, a nije dovoljno ni razumjeti što biste trebali učiniti. Morate ponovno preuzeti vlastitu moć da sanjate hrabro i odvaćno, svjesni svojega putovanja kroz beskonaćnost. Tek tada možete lako i prirodno otpustiti strah koji vas drći zarobljenima u osobnim morama.

Sanjanje života svrhe i smisla

Iako nas uvjeravaju da će nam stvaranje materijalne sigurnosti goditi, čak i oni koji ostvaruju uspjeh prema našim kulturalnim standardima, često su iznenaćeni ispraznošću svojih pobjeda. Neki od mojih klijenata su multimilijunaši kojima bi većina ljudi zavidjela na bogatstvu, ali mnogi ni najmanje ne uživaju u osjećaju svrhe ili sreće. Neki od njih samo misle o tome koliko bi bilo strašno kad bi izgubili sve što su stekli, a to je često i razlog zbog kojega uopće dolaze k meni. Źele ozdraviti od prokletstva kojim ih je društvo opteretilo – od obveze stjecanja i gomilanja. Źele otkriti kako da umjesto toga žive životom bogatim smislom i svrhom.

Drugi klijenti koji nisu ostvarili svoje ciljeve skloni su usredotočiti se na budućnost govoreći: "Promijenit ću svoj život i ovaj svijet učiniti boljim čim mi djeca odrastu/potpuno isplatim svoj mirovinski plan/pronađem manje stresan posao." Ti ljudi čekaju da im se s puta skloni sve što im smeta kako bi mogli iskoristiti svoju priliku da dokažu koliko hrabri i izvorni mogu biti. Ali, trenutačno su usred kolektivne more koja nije nadahnjujuća, izvorna ni održiva... i u kojoj se osjećaju kao da polako umiru.

Mnogi od nas nalik su žabama zaglavljenim u loncu vode koja polako kipi. U toj često pripovijedanoj priči žaba osjeća da je voda sve toplija, ali umjesto da kaže: "Bolje je da iskočim prije no što bude prevruće i počnem uistinu patiti", nastavlja se prilagođavati temperaturi. I naposljetku se skuha. U ovom trenutku voda oko nas počinje kipjeti – a mi se moramo prestati nadati da će jednoga dana biti bolje i jednostavno *skočiti*.

U panici prečesto posežemo za brzim rješenjem koje iziskuje minimalan trud i uvjeravamo se da smo pronašli prečicu do sreće. Upisujemo dijete u novu školu misleći kako će to riješiti sve probleme koje je imalo u staroj školi, ali otkrivamo da je ondje jednako nesretno kao i prije.

Na kolektivnoj razini pribjegavamo istoj vrsti rješenja: Ekvador je u proteklih nekoliko godina izgubio 40 posto prašuma zbog crpljenja nafte za potrebe zadovoljavanja nezasićenog američkog apetita za fosilnim gorivima. No, dobiveno je jedva dovoljno nafte za dva tjedna zadovoljavanja američkih potreba. Očito je da brza rješenja mogu biti bolno skupa i uzaludna te nas vratiti natrag u lonac kipuće vode – i dalje imamo iste probleme s ograničenom količinom fosilnih goriva, ekonomije ovisne o njima i globalno zatoplivanje.

Jedan od razloga zbog kojeg pribjegavamo brzim rješenjima umjesto da skupimo hrabrosti i počnemo sanjati nešto novo jest taj što smo u zabludi da hrabrost iziskuje žrtvu. Kukavičluk zapravo iziskuje najveću žrtvu: žrtvovanje naših uvjerenja, načela, snova i nada. Paničarenje i nastojanje stvaranja materijalne sigurnosti

nikada ne funkcionira dugo, a cijena je vrlo visoka. Odustajanje od onoga što nam je najvrednije donosi mnogo više patnje nego odustajanje od nečijeg odobravanja ili od dijela materijalne udobnosti. Mnogo je bolje zaboraviti brza rješenja i naučiti pristupati hrabrosti potrebnoj za sanjanje.

Hrabrost duše

Riječ hrabrost (engl. "courage", prim. prev.) potječe od latinske riječi *cor*, u značenju "srce" ili "duša". Hrabrost duše nadilazi puku srčanost. Ako smo srčani, riskiramo kako bismo zadovoljili svoje potrebe vezane za preživljavanje. Priče o ratnim junacima koji se bore do kraja unatoč brojnosti neprijatelja doista su iznimne, ali ti su junaci motivirani porivom za preživljavanjem. U hrabrosti duše nismo usredotočeni isključivo na samoočuvanje i sigurnost. Štoviše, takva hrabrost potiče nas riskirati vlastitu udobnost i sigurnost, a katkad čak i život jer postupamo u skladu sa svojim najdubljim vjеровanjima. Takva hrabrost potječe iz višeg izvora i neophodan je sastojak za stvaranje drugačijeg sna.

Vi možda sanjate o miru ili o pustolovini, o roditeljskoj ili o učiteljskoj ulozi, o njegovanju ili o iscjeljivanju. Premda san nije formuliran riječima, nego je uronjen u viziju, instinkt i osjećaje (prilično nalik snovima koje sanjamo dok spavamo), moguće ga je opisati riječima. Slijedi nekoliko primjera: "Želim u potpunosti uživati u svojem životu i uživati u svojoj djeci dok odrastaju, želim biti posve prisutan dok sam u uredu i biti sa svojom obitelji dok sam kod kuće" ili "Želim živjeti pustolovno, istraživati svoje mogućnosti i slušati svoje srce" ili "Želim davati koristan doprinos ovom svijetu kako god me Duh navede." Za razliku od čežnji, nada ili čak konkretnih ciljeva, ove afirmacije mogu se očitovati u svakom trenutku ako ih držite u svojem srcu. Tada se prirodno i lako ponašate u skladu sa svojim snom te pristupate golemoj moći promjene.

Dok sanjate hrabro, doživljavate višu razinu svijesti i brižnosti, ali niste u stanju blaženstva, poput redovnika na planinskom vrhu, ni zaglavljani u pukom nastojanju da preživite. Prisutni ste u svojem iskustvu, niste usredotočeni na prošlost ni na budućnost. Dakle, ako, primjerice, pakirate ambalažu za recikliranje i odnosite je na pločnik, svjesni ste da sudjelujete u skrbi i njegovanju ovoga planeta. Ako čekate u redu kako biste dobili vozačku dozvolu, prihvaćate činjenicu da su vam rekli kako niste pravilno ispunili obrazac. Ne počinjete mentalno presti priču o paklenom poslijepodnevu koje ste proveli baveći se birokracijom.

Drugim riječima, uviđate svoju povezanost s drugima i opazate da niste jedini važni te vam je uistinu stalo do dobrobiti svih bića na Zemlji. Stalo vam je do činovnika na šalteru i do nervoznog tinejdžera koji čeka ispit vožnje. Uviđate da vaš strah ne opravdava buđenje straha u bilo kome drugom, a vaša frustracija ne opravdava njezino iskaljivanje na nekome.

Odvažnost duše potiče nas prekoračiti beznačajne ljudske emocije i omogućuje nam živjeti izvorno, govoriti vlastitu istinu i kršiti pravila čak i kad to donosi sramotu ili nelagodu. Hrabrost duše omogućuje nam iskazati se u malim trenucima umjesto da čekamo uzvišenu priliku za dokazivanje svoje vrijednosti, svoj "Rosa Parks trenutak slave".

Zapravo, čak ni Rosa Parks nije čekala svoj trenutak slave. Do trenutka kad je 1955. godine odbila prepustiti sjedalo bijelcu u onom autobusu u Montgomeryju u Alabami, već je godinama sudjelovala u borbi za građanska prava, bila je tajnica Nacionalnog udruženja za promicanje položaja nebijelaca i voditeljica mladih u lokalnoj podružnici. I prije se bila suprotstavljala vozačima autobusa, ali do tada još nije bila uhićena zbog svojih postupaka. Već je živjela u skladu sa svojim sustavom vrijednosti i podržavala druge koji su živjeli u skladu sa svojim sustavom vrijednosti. Ostala je sjediti, kršeći zakon, ne zato što je toga dana bila osobito umorna ili zato što je odjednom i u povoljnom trenutku pronašla izvor hrabrosti koji