

NASLOV ORIGINALA:

Lisa Nichols

No Matter What

Copyright © 2009 by Lisa Nichols

All rights reserved. Except as permitted under the U.S. Copyright Act of 1976, no part of this publication may be reproduced, distributed, or transmitted in any form or by any means, or stored in a database or retrieval system, without the prior written permission of the publisher.

Za izdanje na srpskom jeziku © Publik praktikum 2019

ZA IZDAVAČA:

Marko Sabovljević

GLAVNI I ODGOVORNI UREDNIK:

Marina Sabovljević

UREDNIK IZDANJA:

Milica Simić

PREVOD:

Mirjana Kefer

LEKTURA I KOREKTURA:

Jevrem Živanović

DIZAJN KORICE:

Tijana Kazimirović

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.

LIZA NIKOLS

SAVLADAJTE
PREPREKE

**BEZ
OBZIRA
NA SVE**

9

KORAKA KA ŽIVOTU KAKAV ŽELITE

HARMON**IA**

Ovu knjigu posvećujem svojoj baki Bernis.
Hvala ti što si božji primer bezuslovne ljubavi.
Njegov izraz nepokolebljive vere,
i moj prvi primer autentičnog života.
Naučila si me kako da izdržim i volim – bez obzira na sve.
Molim te nastavi da me čuvaš s neba.
Osećam tvoje prisustvo.

SADRŽAJ

Predgovor Džek Kenfield	9
-------------------------------	---

Prvi deo

Rizikovanje

Ljuštenje slojeva sebe zarad rasta	13
--	----

Prolog:

Hvala ti što koristiš ovo nesavršeno dete	15
---	----

Uvod:

Priznanje i obećanje.....	19
---------------------------	----

Drugi deo

Izgradnja mišića oporavka	25
---------------------------------	----

Prvo poglavlje

Razvijanje mišića razumevanja

Neki pokloni dolaze umotani u šmirglu	27
---	----

Drugo poglavlje

Razvijanje mišića vere u sebe

Pritiskanje stop tastera za negativno zvicanje uma.....	49
---	----

Treće poglavlje

Razvijanje mišića delovanja

Ustanite sa eksera	71
--------------------------	----

Četvrto poglavlje	
Razvijanje mišića znam šta znam	
Bog je dobar, a dobro je Bog! Juu-huuu!	95
Peto poglavlje	
Razvijanje mišića iskrenosti	
Neka bude stvarno.....	117
Šesto poglavlje	
Razvijanje mišića kaži <i>da</i>	
Spremnost da se ide do kraja.....	139
Sedmo poglavlje	
Razvijanje mišića odlučnosti	
Po svaku cenu stići do svog planinskog vrha	159
Osmo poglavlje	
Razvijanje mišića praštanja	
Pronalaženje puta za povratak ljubavi.....	185
Deveto poglavlje	
Razvijanje mišića najboljeg izbora	
Kada zadovoljavate svoje unutrašnje potrebe pa tek	
onda spoljašnje, sve je moguće	209
Deseto poglavlje	
Pronalaženje ritma	
Život ispunjen radošću i mogućnostima	231
Programi i kursevi.....	245
O autorki.....	249

PREDGOVOR

Imam tridesetogodišnji staž kao uspešni trener i za to vreme pomogao sam mnogim ljudima da savladaju put od mesta na kome se trenutno nalaze do mesta gde žele da budu, put koji je često prepun izazova. I zato sam bio oduševljen kada sam otkrio ovu knjigu koja predstavlja čisto raketno gorivo za to ključno putovanje. Verujem da ćete na ovim stranicama pronaći mudrost, znanje i nadahnuće koji će vas brzo odvesti na pravi put – i dalje, sve do konačnog odredišta.

Moja koleginica i draga prijateljica Liza Nikols živi je primer šta je sve potrebno da se prevaziđu neizbežne prepreke na putu i da se na drugu stranu stigne osnaženo, graciozno i s mnogo ljubavi za život koji ste stvorili za sebe. Njena priča je potvrda da svako, bez obzira na težinu okolnosti ili ozbiljnost smetnji, može da se izdigne iznad svega. Kako? Tako što će biti odlučan, razviti određene veštine i usvojiti korisne stavove – ukratko, tako što će izgraditi ono što Liza naziva „mišićima” karaktera i objašnjava na stranicama ove knjige koja menja život.

Kada sam upoznao Lizu, najviše je radila s tinejdžerima i bio sam duboko impresioniran njenom sposobnošću da transformiše njihove živote kroz magičnu kombinaciju nadahnuća, dubokih uvida, efikasnih životnih strategija i teške ljubavi¹. Nekoliko godina kasnije, osnovao sam organizaciju pod nazivom *Transformational Leadership Council* (TLC) – Transformacijski savet za liderstvo, koju su činile vrhunske vođe iz pokreta za ljudski potencijal, i sami vlasnici kompanija za obuku. Od početka sam znao da Liza mora da bude među onima koje ću pozvati na prvi sastanak, jer sam bio siguran da će dati veliki doprinos organizaciji.

¹ Tough love – teška ljubav, poboljšavanje osoba, posebno zavisnika, dece ili kriminalaca, pojačavanjem izvesnih ograničenja ili zahtevanje od njih da preuzmu odgovornost za svoje postupke.

Već na narednom okupljanju na ranču Džona Greja u severnoj Kaliforniji pokazalo se da me intuicija nije prevarila. Tokom trodnevne konferencije, Liza je održala dvočasovnu radionicu s grupom. U to vreme, ona nije bila poznata kao sada; zapravo, mnogi u prostorijski nikada ranije nisu čuli za nju.

Na radionici nas je učila tehnikama za izlaženje na kraj s negativnim samogovorom (tu tehniku mudro je uključila u ovu knjigu). Sedeo sam sa šezdeset ljudi iz celog sveta koji su bili titani u radu na ličnoj transformaciji, i svi smo se identifikovali sa svojim negativnim govorom i raspravljali o njemu. Dve stvari su me šokirale: (1) koliko smo negativnog samogovora svi odreda i dalje zadržavali, iako smo toliko radili na sebi i (2) da nam je Lizina jednostavna pa ipak moćna tehnika zaista svima pomogla da prekinemo s tim.

Po isteku ta tri dana svi smo se složili da je njena seansa bila daleko najmoćnija na skupu. Liza nas je jednostavno sve oduvala! Učinila je da više osećamo, a manje razmišljamo. Veliki broj učesnika je rekao: „Već dugo nisam osetio nešto što toliko otvara, ranjava i osnažuje”. Bilo je sasvim jasno kako njena sposobnost da transformiše živote nije ograničena samo na mlade. Liza je zaista majstor učitelj, majstor facilitator i majstor govornik.

Kada je Ronda Bern, tvorac hit filma i knjige *Tajna*, došla na jedan sastanak TLC-a kako bi snimila neke od naših članova, istog časa uvidela je koliko je Liza sjajna i pozvala ju je da se pojavi u tom ostvarenju. I tako je Liza, jedna od najmanje poznatih među nama – za koju često imam običaj da kažem da je „najbolje čuvana tajna pokreta za ljudski potencijal” – postala jedna od glavnih zvezda *Tajne*.

U vreme kada je film počeo da se prikazuje, i Liza i ja govorili smo na konferenciji u Kanadi, zajedno s još dvoje učitelja iz *Tajne*. Tokom pauze prisutni su mogli da kupe knjige i dobiju potpise. Nimalo se nisam iznenadio kada sam video da je red ispred Lizinog stola bio dvostruko duži nego kod svih drugih. Ona se tako lako i prirodno povezivala sa svima i posedovala je dar da pokrene ljude dalje od apstraktne teorije zakona privlačenja i da im pruži praktične i utemeljene korake za primenjivanje tog zakona u svojim životima. To je ukratko Lizin talenat: ona uzima univerzalne koncepte i pokazuje ljudima kako da ih primene na ličnom nivou – i ona to radi tako da sve bude samo i jedino ono što jeste!

Predgovor

Nedavno sam bio u prilici da iskusim Lizin neverovatan dar bliže kući. Kada smo otkrili da moj sin tinejdžer prolazi kroz teško emocionalno razdoblje, supruga i ja prijavili smo ga na jednu od Lizinih radionica. Neverovatna transformacija usledila je već posle dva dana. Bili smo zapanjeni kada se pred nama iznenada pojavio onaj stari mladić – duhovit, spreman na saradnju, ranjiv, voljan da podeli svoja bolna osećanja i da izađe na kraj s njima na konstruktivan i zdrav način.

Kada mi je Liza rekla da piše knjigu, bio sam oduševljen što će te ideje i tehnike, kao i vlastitu nadahnjujuću priču, podeliti s javnošću, ali pitao sam se da li će biti u stanju da prenese na stranice neverovatnu moć koju sam iskusio na njenim radionicama. Nema sumnje da je uspela u tome i moram reći da sam zapanjen. Lizin neverovatan glas izbija sa svake stranice, a s njim, njena retka sposobnost da kombinuje motivaciju, humor i hrabro iznošenje istine dok vam daje praktična sredstva za rast i uspeh, koja možete koristiti svakodnevno.

To znači da ćete, dok čitate ovu fenomenalnu knjigu, biti u prilici kao i ja, i moja porodica i milioni drugih, da transformišete sebe i svoj život. Bićete u stanju da se suočite sa svojim strahovima, prevaziđete osećanje da ste žrtva, povratite moć i, kao što to Liza često govori, zakoraćite u svoju veličinu. Kao što nam je pokazala, bez obzira na to kroz šta ste prošli, ta veličina je i dalje negde u vama i čeka da je zatražite. Ubeđen sam da ćete uz pomoć ove knjige biti u stanju da se uzdignete do uspeha – bez obzira na sve!

– Džek Kenfield

PRVI DEO

Rizikovanje

Ljuštenje slojeva sebe zarad rasta

Budi promena koju želiš da vidiš u svetu.

– Mahatma Gandhi

PROLOG

Hvala ti što koristiš ovo nesavršeno dete

Traži ono što želiš – čak i po cenu da to dobiješ.

– Nepoznati autor

Bio je to san svakog motivacionog govornika. Bila sam pozvana da se pojavim u veoma popularnoj emisiji na nacionalnoj televiziji i oheručke sam prihvatila.

U prvom konferencijskom razgovoru s jednom od producentkinja, ona me je upitala: „Možete li mi reći nešto više o svom životu? Na koji način se promenio od kada ste postali tako uspešni u onome što radite?”

Odgovorila sam: „Da bih mogla da vam kažem koliko je moj život sada dobar, moram da vam ispričam u kakvom je haosu bio ranije. Jedino tako ćete na pravi način razumeti kakvo je čudo to moje putovanje.”

Nas dve smo kliknule; delovala je iskreno zainteresovana dok sam otkrivala surovu istinu o mojoj prošlosti. Poziv je završila pitanjem: „Da li biste bili voljni da podelite ovakve pojedinosti o sebi u emisiji, ako vas zamolimo?”

„Da”, izletelo mi je pre nego što sam razmislila.

Moj um je istog časa vrisnuo: *Liza, šta si to uradila?* Iako je moj duh bio za to, ostali deo mene tek je trebalo da ga sustigne. Postala sam svesna šta to znači kada je producentkinja zatražila da spaku-

jem tablu sa svojim vizijama, koju sam joj opisala, tu zbirku slika koje su pričale s mojim najličnijim snovima i ciljevima, i da joj je pošaljem za emisiju. Razotkrivanje osećanja u razgovoru!

Naredne dve nedelje borila sam se sama sa sobom i svojim sumnjama. Imala sam dovoljno hrabrosti da ispričam svoju priču – slomove, nesavršenosti i sve ostalo – auditorijumu od pet hiljada, deset hiljada, čak pedeset hiljada ljudi, kao što sam to rutinski radila na seminarima. Ali da li sam bila spremna da obelodanim najintimnije pojedinosti iz svog života *milionima* ljudi čija lica nikada neću videti?

Na dan emitovanja emisije probudila sam se u tri ujutro, preplavljena anksioznošću. Nisam bila spremna za ovo. Nisam prošla formalnu obuku za „stručnjaka”. Sve što sam znala zasnivalo se na iskustvu. Kako bih uopšte mogla da izađem pred sve te ljude i kažem im koliko često i koliko gadno sam zeznula stvari u životu? Na kraju sam pozvala prijatelja i partnera u molitvi Fluka. Znala sam da jedino njemu neće smetati što ga zovem u sitne sate i zamolila sam ga da mi pomogne da pregrmim ovaj nalet straha. Trebalo je da učestvujem u emisiji i želela sam da se pomirim s tim. Saslušao me je i počeo da se moli sa mnom.

Dok sam sedela i slušala njegov glas, i dalje drhteći u sebi, jedna replika njegove molitve pogodila me je poput groma. „Bože”, rekao je on, „hvala ti što koristiš ovo svoje nesavršeno dete da pomogne drugoj tvojoj nesavršenoj deci”.

Da! To je bilo to! Nisam bila savršena, ali sam korišćena da pomognem drugim ljudima poput sebe – onima koji su pregrmeli mnoge muke, koji su želeli da budu dobri ali su pravili greške i voleli bi da se vrate na staro.

Odjednom sam ponovo mogla da dišem; osećala sam kako me ispunjava spokoj. Konačno sam dozvolila samoj sebi da jednostavno budem ono što jesam.

Jeste li i vi spremni da budete ono što jeste? Spremni da prihvatite činjenicu da morate da popunite važno mesto u svetu iako možda niste savršeni?

Hvala ti što koristiš ovo nesavršeno dete

Sada, ovog časa, postoje stvari na Zemlji zbog kojih ste ovde i treba da ih obavite, životi ljudi koje morate da dodirnete, i sve – ozbiljno mislim *sve* – što vam se dogodilo od trenutka kada ste rođeni pripremalo vas je za to.

Kada jednom prihvatite tu istinu, biće dovoljno da samo krenete napred raširenih ruku da prigrlite taj cilj, znajući da možete da izađete na kraj sa svime što leži pred vama.

Preostaje još samo da razvijete svoje mišiće oporavka.

UVOD

Priznanje i obećanje

Moram nešto da priznam.

Iako se pojavljujem u filmskom hitu i knjizi *Tajna* i mada sam proputovala ceo svet govoreći o zakonu privlačenja, najveći deo života oslanjala sam se na jedan drugi zakon koji zovem – *bez obzira na sve*. Bez obzira na to šta mi se dogodi, bez obzira na to šta ljudi govore da bi me obeshrabrili, bez obzira na to kako izgledam ili koliko imam kilograma, glasić u meni stalno me je podsećao da imam prava da živim životom kakav sanjam. Stalno sam ponavljala sebi: *Nastavi da težiš onome što želiš* – bez obzira na sve! Čvrsto sam bila odlučila da oslobodim „šampiona u sebi” i ostala sam usredsređena na taj cilj.

Danas uviđam da je korišćenje zakona *bez obzira na sve* sastavni deo procesa koji vam obezbeđuje da imate sve što želite u životu – zapravo, ako ga ne koristite, ne možete očekivati da zakon privlačenja, koji jednostavno implicira da se sličnosti privlače, stvarno deluje u vašu korist. To je zato što zakon *bez obzira na sve* obavezuje na delovanje. Možete tražiti ono što želite, možete misliti o tome, usredsrediti se na to, ali kada kažete „bez obzira na sve”, vi svojom nepokolebljivom namerom dodajete ubrzanje vlastitim željama. Bez toga, ostajete zaglavljani u „nadam se”, „želim” i „možda”.

Primenjujte zakon *bez obzira na sve* tako što ćete izjavljivati: „Učiniću ono što moram da učinim. Otići ću tamo kuda moram da odem, izgradiću delove karaktera koje moram da izgradim kako bih mogao/la to da obavim!” Zakon bez obzira na sve pomera vaše

ciljeve iz oblasti neobaveznog. Umesto da čekate i da se nadate da će se ostvariti, vi ih stvarate – na svim nivoima svog bića. Ekspozicijalno povećavate uspeh kada koristite oba ova moćna zakona.

Na nesreću, bilo je razdoblja kada jednostavno nisam imala snage ili hrabrosti da primenjujem zakon *bez obzira na sve*. Negativne misli i osećanja o sebi i vlastitoj situaciji potpuno bi preovladale i kao rezultat toga napravila sam neke zaista pogrešne izbore.

Pa ipak, čak i to ima svoju svetlu stranu. Sve prepreke s kojima sam se suočila ojačale su ono što nazivam svojim mišićima oporavka – moj mišić razumevanja, moj mišić vere-u-sebe, moj mišić praštanja i tako dalje. Te borbe su me ojačale i osposobile da idem napred i stvaram bolji život. Danas mi moji dobro razvijeni mišići oporavka pomažu da prepreke brzo pretvorim u šemu za uspeh, a kada nešto deluje izazovno ili veće od mene, ti isti mišići me osposobljavaju i daju mi samouverenost da napravim „skok napred” u životu!

Knjiga koju držite u rukama moj je način da s vama podelim to iskustvo gdegod da se nalazite na svetu – da vas nadahnem da budete sto posto uvereni da ste u *stanju* da ostvarite život koji toliko želite. Na ovim stranicama vodim vas sa sobom na svoje putovanje, pokazujem vam šta mene privlači, kaos koji su stvarali moji izbori, lekcije koje sam naučila iz toga i sredstva koja sam koristila kako bih svoje slomove pretvorila u uspehe. Kada budete videli kroz šta sam sve prošla, bićete sigurni da i vi to možete! A saveti i koraci koje sam opisala u knjizi pokazaće vam kako.

Verujem da je moć ove knjige u tome što prvo iznosim istinu. Rizikujem tim silaženjem s podijuma i napuštanjem bezbednosti pozornice kako bih obelodanila svoju istinu i podelila neulepšanu sebe s vama. Kao što bi rekla moja baka: „Rizikuj”. A pošto ja rizikujem, mogu od vas tražiti da i vi to učinite. Volela bih da započnem ovaj proces postavljanjem sledećeg pitanja: Kakvu biste korist imali od toga da se otvorite i ispričate istinu o sebi? I još jednim: Jeste li spremni da dozvolite da od toga imate koristi u životu?

U ovoj knjizi ima i nekih mučnih, zastrašujućih scena, ali i ljupkosti ljubavi i istine, kako to uvek biva u životu. Ova knjiga je vaše putovanje koliko i moje. Možete da je prihvatite i uživate u njoj!

Šta ćete naći u ovoj knjizi

Ono što *nećete* naći u ovoj knjizi je gomila suvoparnih, intelektualnih ideja ili složenih teorija. Snaga knjige *Bez obzira na sve!* je u tome što se njena poruka zasniva na situacijama i iskustvima iz stvarnog života. Koristeći događaje iz svoje prošlosti, pokazujem vam kako sam razvila mišiće oporavka kako biste i vi mogli da učinite isto. Program koji sam osmislila opisuje svaki mišić ponaosob i potom skicira četiri procesa koja možete koristiti u izgradnji tog mišića u svom životu.

Često je ono što treba da naučimo skriveno u bolnim ili zastrašujućim situacijama. Koliko puta se samo zapitamo: „Zašto? Zašto? Zašto?” Ali u postavljanju tog pitanja ne krije se nikakva moć; ono nas samo zadržava u režimu žrtve. Nikada niko neće osvanuti na našem pragu ili pasti s neba i reći bučnim autoritativnim glasom: „Dozvoli mi da ti kažem zašto se to dogodilo, dete moje”. To se neće dogoditi!

Kada pročitate ovu knjigu, možete prestati da se pitate zašto kada ste suočeni s problemima i umesto da postavite to pitanje, zapitajte se: „Šta mogu da naučim iz ovoga? Koji mišić oporavka se od mene ovde traži da razvijem?” Postavljanje tih pitanja pomoći će vam da pronađete lekcije u vlastitim pričama. Verujte mi, kada se to dogodi, vaš rast i sreća biće neizmerni.

Da bi ovaj proces bio što lakši, svako poglavlje sadrži nadahnete korake delovanja, i okvire naslovljene „Nisam sam/a” koje treba štriklirati, kao i priče iz mog života.

Nadahnuti koraci delovanja

Na kraju svakog poglavlja naći ćete ono što nazivam nadahnuti koraci delovanja: ono što možete uraditi u životu kako bi vaše novo razumevanje stvari postalo delotvorno.

Jedna od glavnih grešaka koju vidim da ljudi prave jeste u tome što zaboravljaju da svoje misli i želje pretvore u delovanje. Veruju da ako uporno misle na nešto ili stalno pričaju o tome da će se to i dogoditi. Nažalost, to nije dovoljno. Želja, misao i delovanje, sve zajedno mora biti prisutno da bi došlo do promene.

BEZ OBZIRA NA SVE

Nadahnuti koraci delovanja predstavljaju veoma važan deo u razvoju vaših mišića oporavka. Oni uključuju:

- vođenje dnevnika
- rad pred ogledalom
- vežbe, afirmacije i dijaloge
- deljenje iskustava i prodora s partnerom za odgovornost
- obavljanje zadataka koji se tiču rada na sebi, što će vam pomoći da prebrodite stara ograničenja

Podeliću s vama mnoge tehnike koje podučavam na radionicama i u programima za obuku – tehnike koje su izmenile živote stotina-ma hiljada ljudi.

Predlažem da što pre počnete da vodite dnevnik *bez obzira na sve*. Koristite ga da pribeležite sve zapisane korake delovanja, kao i svoje uvide, ideje i emocionalne odgovore koji vam padnu na pamet dok čitate ovu knjigu. To je divan način na koji možete pratiti napredak i postati svesni dubljih nivoa svog uma i srca.

Nisam sam/a

Primetićete i uokvirene delove pod naslovom „Nisam sam/a” na raznim mestima u poglavljima. Oni vam omogućavaju da uvidite da niste sami kada je reč o iskustvima kroz koja ste prošli u životu.

Milioni ljudi u našoj zemlji danas – uključujući i one koje smatramo uspešnima – osećaju da su nepovezani i usamljeni. Na nesreću, iako žudimo da se povežemo koristeći razgranatu mrežu mobilnih telefona, „ajpodova” i laptopa, navikli smo da budemo „u blizini” jedni drugih, ali ne nužno jedni „sa” drugima. Međusobno ne razgovaramo, ne slušamo priče koje jedni drugima imamo da ispričamo i ne govorimo jedni drugima: „Znaš šta? To je i moja istina”.

U cilju olakšavanja ovakvog povezivanja koje je od suštinske važnosti, na svojim seminarima tražim od ljudi da podignu ruku i na taj način signaliziraju u kojoj meri mogu da se povežu sa onim što govorim.

Mogu da biraju između jedne podignute ruke, ako su u stanju da se povežu sa onim što govorim, obe podignute ruke, ako su doživeli

nešto slično u životu, ili da ustanu i podignu obe ruke ako osećaju: „Hej, to sam stvarno ja! Doživeo/la sam to. Prošao/la sam to” ili „Upravo radim na istoj stvari”. To radim da bi svi u prostoriji videli koliko toga nam je svima zajedničko.

U knjizi *Bez obzira na sve!*, uokvireni tekstovi pod nazivom „Ni-sam sam/a” služe istom cilju. Raspoređeni su po knjizi i kada naiđete na njih, štriklirajte jedan kvadratić ako možete da se povežete sa onim što se dešava u priči, dva ako ste doživeli nešto slično u životu i tri ako osećate: „Hej, to sam stvarno ja! Bio/la sam tamo. Prošao/la sam sve to” ili „Upravo radim na istoj stvari”. Moj cilj je da vam stavim do znanja da niste sami već da ste u društvu sa sjajnim ljudima koji su takođe na ovom putovanju zvanom život.

Obećavam: šta ova knjiga može da učini za vas

Iako ne mogu da obećam da će vam čitanje ove knjige rešiti sve probleme, mogu da obećam da će se kvalitet vašeg života sigurno poboljšati ako pročitate priče, razmislite o lekcijama u njima, napravite korake delovanja i shvatite da niste sami. Jačanje devet glavnih mišića oporavka ključ je za kretanje u pravcu života kakav želite i zaslužujete.

Svi mi tragamo za nečim divnim za šta ćemo se držati u životu, ali ono što mnogi ne shvataju jeste to da pre nego što možemo da se uhvatimo za nešto novo, moramo biti voljni da pustimo nešto staro.

Na ovim stranicama naučićete da prepoznate kada živite u zemlji nazvanoj „Tužno”, u gradu zvanom „Žrtvograd”, u ulici zvanoj „Bol” kako tamo ne biste ostali duže nego što je potrebno. Pribavimo sredstva i tehnike za sagledavanje problema, ma kakav on bio, i uviđanje mogućnosti što pre-hitrije-brže. Čitanje knjige *Bez obzira na sve!* pomoći će vam da se ne zaglavite i pružiće vam potrebna sredstva da ležeći policajci u vašem životu ne postanu stop znaci.

Ne zaboravite, uspeh, radost i lični mir nisu rezultat magične vilinskog praha, kao što ni za povređenost, sramotu i bol nisu krivi samo drugi; sve su to posledice naših misli i napravljenih izbora. Iako je jasno razmišljati i mudro birati kada nam život teče glatko, ali primetila sam da ljudi često zaboravljaju sve što su naučili kada naiđu na nevolju. Kada stvari krenu pogrešnim, pogrešnim, pogreš-

nim putem, treba da primenite zakon *bez obzira na sve*. Pomoći će vam da se vratite na pravi put i da nastavite ka sreći, uspehu i životu kakav stvarno zaslužujete.

Moj život nije savršen. Događale su mi se razne stvari i nastaviće da se događaju. Ali ne brine me mnogo ono što sledi jer, ma šta da je u pitanju, svim svojim srcem i dušom verujem da sam dovoljno izgradila mišiće oporavka da to prebrodim.

Kada se usredsredite na svoje ciljeve umesto na brige, možete početi da živite više u mogućnostima i spokoju, a manje u strahu od lišavanja, oskudice i nedostatka. Loše stvari mogu da se dogode, ali one neće odrediti ishod i kvalitet vašeg života.

Napisala sam ovu knjigu za milione muškaraca i žena koji su doveli u pitanje svoju veličanstvenost. Za one koji se bore s težinom ili imaju problema sa slikom o sebi, koji osećaju da nisu dovoljno privlačni ili pametni. Za one koji više vole druge nego sebe i traže potvrđivanje spolja, umesto da su svesni veličanstvenosti koju nose u sebi.

Ova knjiga je za milione ljudi koji su spremni da otplešu svoj ples, pevaju svoju pesmu, ispričaju svoju priču i oslobode šampiona u sebi. Zaslužujete da budete srećni. Zaslužujete da budete uspešni. Možete izabrati da učite iz prošlosti i volite svoj život. Nudim vam svoju priču da vas ohrabrim i osnažim kako biste rešili da izgradite svoje mišiće oporavka i doživite sreću u životu danas i da je doživljavate svakog dana, *bez obzira na sve*!