

Naziv originala:
Dale Carnegie
HOW TO STOP WORRYING
AND START LIVING

Copyright 1944, 1945, 1946, 1947, 1948 by Dale Carnegie,
Copyright © 1984 by Donna Dale Carnegie and Dorothy Carnegie
Originally published by SIMON & SCHUSTER, Inc.

Translation Copyright © 2010 za srpsko izdanje Alnari d.o.o.

ISBN 978-86-7710-502-0

KAKO ZABORAVITI BRIGE

I NAĆI ZADOVOLJSTVO
U ŽIVOTU

DEJL KARNEGI

Preveo Žika Bogdanović

alnari
PUBLISHING

Beograd, 2010.

*Ovu knjigu posvećujem čoveku
koji nema potrebu da je čita
Louel Tomas*



UVOD

KAKO SAM I ZBOG ČEGA NAPISAO OVU KNJIGU



GODINE 1909. BIO SAM JEDAN OD NAJNESREĆNIJIH MLADIĆA koji su se mogli naći na ulicama Njujorka. Zarađivao sam za život trgujući kamionima, premda o njima ništa поблиže nisam znao. Trgovina kamionima nije me ni najmanje zanimala, pa sam čak i prezirao takav posao. Gadilo mi se što moram da živim u jeftino nameštenom sobičku na periferiji Njujorka. Nikada neću zaboraviti kako bi izjutra, kada sam sa vešalice u ormanu uzimao čistu kravatu, istog časa počele da mile bubašvabe. Pri pomisli da bubašvabe opsedaju i jeftine restorane u kojima sam se hranio, unapred bi me spopadala muka.

Uveče sam se u taj bedni sobičak vraćao sa užasnom glavoboljom. Glava mi je pucala od umora, razočaranja, jada i osećanja pobune koja je tinjala u meni. Šta se to u meni bunilo? Pa, to što od mojih prelepih snova iz studentskih dana nije ostalo gotovo ništa, osim te surove stvarnosti nalik na košmar. „Zar je ovo život?“ pitao sam se. „Onaj život pun avantura, koji sam tako nestrpljivo očekivao? Zar je ovo sve što život treba da mi pruži – ovaj mučan posao, ovo sustanarstvo sa bubašvabama, ovu odvratnu hranu...? Zar nema baš nikakve nade u bolju budućnost?“ Žudeo sam za trenucima

odmora ispunjenim čitanjem i pisanjem – pisanjem knjiga o kojima sam maštao u studentskim danima.

Bilo mi je jasno da ništa neću izgubiti, a možda bih mogao mnogo dobiti, ukoliko napustim trgovinu kamionima. Nije mi bilo stalo ni do zarade, ni do napredovanja. Želeo sam samo da živim kao čovek. Drugim rečima, nalazio sam se pred svojim životnim Rubikonom, pred trenutkom odluke s kojim se suočavaju mnogi mladi ljudi na pragu života. I, kada sam jednog dana najzad odlučio da napustim posao, ta mi je odluka iz temelja izmenila budućnost. Sledećih trideset pet godina donele su mi sreću, zadovoljstvo i ostvarenje mojih najsmelijih snova.

Odlučio sam da potražim posao u jednoj večernjoj školi za odrasle, jer sam kao diplomirani nastavnik ispunjavao sve neophodne uslove za takvo mesto. Radovala me je pomisao da bih uz takav posao mogao danju čitati, pripremati predavanja i pisati romane i novele. Želeo sam da „živim za pisanje, i da pišem za život“.

Trebalo je još samo odlučiti šta bih mogao da predajem polaznicima takvih večernjih tečajeva. Razmišljajući o svom znanju stečenom na fakultetu, zaključio sam da su mi umeće i iskustvo u vežbama iz govorništva bili na poslu mnogo dragoceniji nego sveukupno znanje stečeno tokom studija. Zbog čega? Zbog toga što mi je govorništvo pomoglo da se oslobodim stidljivosti i nesigurnosti, istovremeno mi dajući hrabrost i samopouzdanje u ophođenju s ljudima. Naprosto, nateralo me je da shvatim kako vođa postaje onaj čovek koji je spreman i zna da ustane i kaže šta misli.

Učestvovao sam na konkursu za mesto nastavnika javnog govorništva na večernjim tečajevima univerziteta Kolumbija i Njujork, ali nisam imao sreće.

Bio sam razočaran, iako sam danas presrećan što su me odbili, jer sam malo vremena posle toga dobio mesto nastavnika u večernjoj školi YMSA gde sam se od prvog trenutka morao dokazivati konkretnim rezultatima. Bio je to veliki izazov. Ljudi nisu dolazili na moja predavanja iz želje za akademskim napredovanjem ili

društvenim prestižom. Pohađali su ih samo zato što su želeli da reše neposredne, i te kako važne životne probleme. Poslovni ljudi, na primer, želeli su da nauče kako će na poslovnim sastancima ustati i reći šta misle. Trgovci su, opet, želeli da nauče kako će najlakše izaći na kraj sa teškim mušterijama. Hteli su da steknu sigurnost i samopouzdanje, da uspeju u poslu i da obezbede bezbrižan život sebi i svojim porodicama. Budući da su školarinu plaćali u ratama i prestajali da plaćaju ukoliko bi uspeh izostao, to ni ja nisam dobijao stalnu platu već samo postotak od školarine; stoga sam morao da budem vrlo praktičan da bih mogao vezati kraj s krajem.

Tada me je, naravno, duboko povređivao taj način plaćanja, ali danas uviđam da mi je ta pouka bila od neprocenjive vrednosti. Želeo ja to ili ne, bio sam prinuđen da *motivisem* svoje polaznike. Morao sam da im pomognem *u rešavanju životnih problema*. *Svaki čas morao sam da učinim zanimljivim i korisnim, kako bih ih privoleo da tečaj pohađaju do kraja*.

Bio je to uzbudljiv posao i ja sam ga zaista voleo. Izenađivala me je brzina kojom su ti poslovni ljudi sticali osećaj samopouzdanja, te su u srazmerno kratkom roku bili unapređivani i dobijali novčane povišice. To je značilo da moji tečajevi postižu željeni cilj. Posle tri semestra, škola mi je višestruko povećala platu – sa pet, na trideset dolara po večeri. Isprva sam podučavao samo veštinu govorništva i izražavanja na javnim mestima, ali sam tokom godina došao do zaključka da su odraslima često potrebni i veština sklapanja prijateljstva i veština zadobijanja ljudske naklonosti. Budući da nisam mogao da nađem odgovarajući priručnik o ljudskim odnosima, odlučio sam da ga sam napišem. Taj priručnik nastao je i razvio se iz iskustva mojih odraslih učenika. Nazvao sam ga *Kako zadobiti prijatelje i uticati na ljude*. Budući da sam pomenuti priručnik napisao isključivo za polaznike mojih večernjih tečajeva, a kako sam u međuvremenu štampao još četiri slična priručnika, nisam mogao ni sanjati da će priručnik dostići gotovo milionske

tiraže. Kada se to ipak dogodilo, nisam mogao da dođem sebi od iznenađenja!

Radeći s ljudima, shvatio sam da je *briga* o naoko nevažnim sitnicama jedan od velikih problema s kojim se u životu susreću. Moji učenici uglavnom su bili poslovni ljudi: direktori, trgovački putnici, inženjeri, knjigovođe – jednom rečju presek najraznovrsnijih zvanja i zanimanja. Sve njih odreda mučili su problemi na poslu i u ličnom životu. Među polaznicima bilo je i žena iz poslovnog sveta, ali i domaćica. Ni one nisu bile pošteđene briga. Krenuo sam u potragu i za takvom knjigom. Obišao sam dve najveće njujorške biblioteke i sa zaprepašćenjem ustanovio da poseduju samo dvadeset dva naslova pod naznakom BRIGE. Otkrio sam i smešnu činjenicu da poseduju ni manje ni više nego stotinu osamdeset naslova pod naznakom CRVI. Dakle, gotovo devet puta više naslova o crvima nego o ljudskim brigama! Neverovatno, zar ne? Pa, brige su jedan od najvećih problema s kojima se ljudski rod svakodnevno susreće, pa bi bilo prirodno očekivati da će svaka srednja ili viša škola u zemlji imati, između ostalog, i neki tečaj na temu „Kako se osloboditi nepotrebnih briga“. Ukoliko takav tečaj i postoji, ja za njega nikad nisam čuo. Nije, stoga, nikakvo čudo što Dejvid Siberi u svojoj knjizi *Kako uspešno brinuti* kaže: „Čovek zakoračuje u zrelo životno doba isto tako nespreman za probleme i nedaće svakidašnjeg života kao što je i neki crv nespreman za izvođenje baletskih pirueta.“

Ali, kakve su posledice takve nespremnosti? Bolnice pune pacijenata sa živčanim i emocionalnim tegobama, kao i hiljade ljudi kod kojih su organske bolesti u dobroj meri uzrokovane nervnom napetošću.

Proučio sam onih dvadesetak knjiga iz njujorških biblioteka, i pokupovao sve do čega sam mogao doći na temu briga. Budući da mi, nažalost, ništa od toga nije moglo poslužiti kao priručnik za rad sa odraslima, odlučio sam da ga sam napišem.

Za pisanje sam se pripremao punih sedam godina. Pročitao sam misli i izreke svih svetskih filozofa koji su se bavili temom ljudskih

briga. Proučio sam biografije stotina ljudi, od Konfučija do Čerčila. Razgovarao sam sa nizom istaknutih ljudi različitih zvanja. Međutim, to je bio tek početak.

Pošto sam na taj način stekao kakvo-takvo teoretsko znanje, posvetio sam se njegovoj primeni u praksi. Punih pet godina proveo sam u „laboratoriji za suzbijanje briga“, to jest u „laboratoriji“ mojih tečajeva za odrasle. Koliko mi je poznato, to je prva i jedina „laboratorija“ te vrste u svetu. Rad u njoj sastojao se u davanju niza saveta polaznicima za suzbijanje briga. Oni su te savete morali da primenjuju u svakodnevnom životu, a zatim da u raspravama o postignutim rezultatima porede svoje postupke sa navikama iz prošlosti.

Moram priznati da sam se naslušao razgovora o savladavanju briga više nego ijedan živi tvor na kugli zemaljskoj. Istovremeno sam pročitao i stotine pismenih izveštaja polaznika sličnih tečajeva, koji su se već u to vreme održavali u više od stotinu sedamdeset gradova Sjedinjenih Država i Kanade. Ova knjiga, dakle, nije nastala u kuli od slonovače. Ona ne predstavlja visokoparnu teorijsku propoved o mogućim načinima suzbijanja briga. Trudio sam se da joj dam oblik dinamičnog, sažetog, dokumentarnog prikaza o tome kako su brojni odrasli ljudi prevladali svoje brige. Jedno je, međutim, sigurno: ovo je praktična knjiga, koju čitalac može duboko da „zagriže“.

Veoma mi je milo što mogu da kažem da u njoj nećete naići na izmišljene priče i neuverljive likove. Ona govori o iskustvima živih ljudi i navodi njihova prava imena. Ovo je, dakle, posve autentična i dokumentarna knjiga. Knjiga nastala iz ljudskih potreba, i nameњena potrebama hiljada ljudi.

„Nauka predstavlja zbirku delotvornih recepata“, rekao je jednom francuski pesnik Pol Valeri. Takva je upravo i ova knjiga: zbirka delotvornih, oprobanih recepata za odstranjivanje briga. Moram vas, ipak, upozoriti da vam ona neće otkriti ništa što do sada niste znali, ali i da će vam otvoriti oči za sitne mudrosti koje u životu obično ne primenjujete. Priznaćete da i vi i ja, kao zreli i

iskusni ljudi, znamo već poprilično stvari da bismo mogli živeti savršeno mirnim životom. Nevolja je, međutim, u tome što to znanje ne primenjujemo. Cilj ove knjige je, stoga, da iznova formuliše, osavremeni i iznese na videlo prastare istine o ljudskoj prirodi, da vas trgne iz učmalosti i da vas natera da počnete da ih u životu primenjujete.

Neću vam više dosađivati pričama o nastanku ove knjige. Vama je stalo da nešto naučite. Pa, u redu, krenimo! Najlepše vas molim da pročitate prvih šezdeset stranica. Ukoliko vam se posle toga učini da niste naučili ništa novo, da vam njeni saveti o suzbijanju briga ni najmanje ne koriste – pa, zavitlajte je kroz prozor. Ona očigledno nije za vas!



DEVET SAVETA KOJI ĆE VAM POMOĆI DA IZ OVE KNJIGE IZVUČETE NAJVEĆU KORIST



1. Ukoliko zaista želite da vam ova knjiga bude od koristi, moraćete se pridržavati jednog važnog pravila. Bez njega će sav vaš trud ostati uzaludan, dok ćete s njim postići čuda. Pitate me kakvo je to čudesno pravilo? Pa, evo ga:

Ne uzimajte u ruke ovu knjigu, ukoliko ne osećate duboku i iskrenu želju da nešto naučite, snažnu potrebu da se otarasite suvišnih briga i počnete da živite novim životom.

Kako ćete to postići? Ukoliko se budete neprestano podsećali da vam je to nužno potrebno. Ukoliko uvek budete imali na umu da će vaš odnos prema problemima uticati na vašu ličnu sreću, zdravlje, pa čak i na prihode.

2. Prelistajte pažljivo svako poglavlje pre nego što ga pročitate, kako biste dobili uvid u temu o kojoj ono raspravlja. Prinudite sebe da naredno poglavlje počnete da čitate tek pošto ste dobro i pomno pročili prethodno. Time ćete uštedeti vreme i postići bolje rezultate.

3. Zaustavljajte se pri čitanju, kako biste mogli da razmislite o onome što ste naučili. Upitajte se gde biste i kako mogli da primenite naučeno. Takav način čitanja pomoći će vam mnogo više nego bezglavo gutanje stranica.

4. Čitajte s olovkom u ruci i podvucite ono što vam se čini korisnim. Tako ćete se u obilju saveta kasnije moći lakše snaći.

5. Imajte na umu da se naučeno brzo zaboravlja i da se pamćenje postiže jedino savesnim i sistematskim ponavljanjem. Stoga budite spremni da savetima iz ove knjige svakog meseca posvetite nekoliko sati ponavljanja. Držite je na svom radnom stolu i često je prelistavajte. Upamtite da primena ovih načela može da vam postane navika samo ukoliko ih budete dosledno sprovodili u životu. Drugih načina nema.

6. Bernard Šo jednom je prilikom rekao: „Podučavanjem nećeš naučiti čoveka.“ Bio je u pravu, jer je učenje aktivan proces koji se ostvaruje praksom. Želite li, dakle, da ovladate načelima ove knjige služite se njima. Primenjujte ih kada god vam se za to pruži prilika, inače ćete ih brzo zaboraviti. Pamtimo samo ono znanje koje smo primenili u praksi.

Znam da vam neće uvek biti lako da primenjujete ove savete. Znam to zbog toga što je i meni ponekad teško da se služim onim što vama savetujem. Svi smo mi isti. Kada nam nešto nije po volji, mnogo nam je lakše da kritikujemo nego da pokušamo da razumemo razloge drugih ljudi. Često je lakše kuditi nego hvaliti, i prirodnije je govoriti o vlastitim željama nego proniknuti u stremljenja drugih. I stoga, kada budete čitali ovu knjigu imajte na umu da to činite zato što želite da steknete nove navike. A za sticanje novih navika treba nam vremena, istrajnosti i hrabrosti da ih primenimo.

Vraćajte se pročitanim stranicama. Shvatite ovu knjigu kao udžbenik za suzbijanje briga. Kada se nađete u neprilici, nastojte da se

uzdržite od trenutne i „prirodne“ reakcije. Ona je obično pogrešna. Umesto da postupite onako kako vam nalaže instinkt, prelistajte stranice ove knjige i odlomke što ste ih prilikom čitanja podvukli. Tek tada isprobajte nove načine ponašanja. Videćete da se nećete pokajati.

7. Pretvorite učenje u zabavu. Zamolite bračnog partnera, dete ili najbliže saradnike da vas upozore svaki put kada prekršite neko od navedenih načela.

8. Nađite vremena za razmišljanje o vlastitom ponašanju, za analiziranje vlastitih grešaka. Na kraju svake nedelje posvetite pola sata pitanjima kao što su ova: Kakve sam greške počinio ove sedmice? Šta me je na njih navelo? Kako sam mogao bolje da postupim? Kakvu sam pouku izvukao iz takvog ponašanja?

To će vam biti dvostruko korisno. Prvo, na taj način ćete upoznati sebe i postati vlastiti učitelj. I drugo, pomoći će vam da razvijete sposobnost odstranjivanja suvišnih briga i naučiti vas da živite punim životom.

9. Na kraju ove knjige naći ćete *Dnevnik*, to jest nekoliko praznih stranica na kojima ćete moći da ispisujete uspehe koje ste postigli primenom ovih načela. Molim vas da budete određeni. Upišujte datume, imena i rezultate. Vođenje dnevnika navešće vas na nove napore i poslužiti vam kao vodič na nimalo lakom putu samovaspitavanja.

KRATAK PREGLED

1. *Razvijajte u sebi iskrenu želju za usvajanjem načela neophodnih za suzbijanje suvišnih briga.*
2. *Svako poglavlje pročitajte dva puta pre nego što pređete na naredno.*
3. *Zaustavljajte se dok čitate i upitajte se kako biste mogli da primenite svaki savet.*

4. *Podvlačite važne misli.*
5. *Ne zaboravite na mesečno ponavljanje stečenog znanja.*
6. *Primenjujte načela iz ove knjige kad god vam se pruži prilika. Služite se knjigom kao priručnikom za rešavanje svakodnevnih problema.*
7. *Pretvorite učenje u zabavu. Zamolite bračnog partnera ili prijatelja da vas upozori svaki put kada prekršite neko od navedenih načela.*
8. *Napredak proveravajte svake sedmice. Upitajte se gde ste pogrešili, u čemu ste se popravili, koje ste lekcije naučili za budućnost.*
9. *Vodite dnevnik na kraju ove knjige – zapisujte kako ste i kada primenjivali određena pravila.*



Prvi deo
OSNOVNO ŠTO MORATE
ZNATI O BRIGAMA



Poglavlje 1

ŽIVITE „NA JEDNODNEVNE RATE“



ČOVEKOV ZADATAK NIJE DA NAPREŽE OČI GLEDAJUĆI U maglovite daljine, već da se uhvati u koštac s onim što mu se jasno ocrta pred očima.“ Ovo su reči engleskog istoričara Tomasa Karlajla, reči koje su krajem prošlog veka snažno delovale na mladog američkog studenta medicine Vilijama Oslera. Po prirodi sklon da se opterećuje mislima o budućnosti, Osler je ozbiljno shvatio Karlajlove reči i trudio se da ih primenjuje u praksi. Koliko je u tome uspeo, pokazuje njegova biografija. Postavši jedan od najuglednijih lekara svog doba, Osler je utemeljio čuvenu medicinsku školu „Džon Hopkins“, bio imenovan za počasnog profesora medicine na Oksfordskom univerzitetu i od engleskog kralja dobio titulu viteza. Kada je preminuo, bilo je potrebno napisati dva velika toma kako bi se na gotovo hiljadu i po stranica opisao njegov život.

U svom dugogodišnjem pedagoškom radu ser Vilijam Osler često je razgovarao sa studentima i pričao im o tajni svog uspeha. Evo šta je jednom prilikom ispričao studentima Univerziteta Jejla:

„Ljudi misle da čovek koji je profesor na četiri univerziteta mora posedovati natprosečnu inteligenciju. To, međutim, nije tačno, što vam mogu potvrditi i moji najprisniji prijatelji koji znaju da spadam u ljude sasvim prosečne inteligencije. U čemu je tajna mog

uspeha? Samo u načinu života, načinu koji sam nazvao 'životom na jednodnevne rate'. Šta to znači? Pokušaću da vam navedem jedan primer... Pre nego što sam došao ovamo, prešao sam Atlantik velikim preookeanskim brodom. Posmatrao sam kapetana koji je, stojeći na komandnom mostu, pritiskom na dugme mogao da aktivira bezbednosne uređaje za zatvaranje vodopropusnih vrata na pojedinim delovima broda. Razmišljajući o tom izumu ljudskog uma, nametnulo mi se jedno poređenje. Svaki čovek je mnogo složeniji mehanizam, namenjen mnogo dužoj plovidbi nego onaj preookeanski brod. Važno je, stoga, posedovati bezbednosne uređaje kojima ćemo, kad zatreba, pritiskom na dugme zatvarati čelična vrata nad komorama naših briga. Popnite se na komandni most, budite kapetani svog života i trudite se da vam barem najvažniji delovi mehanizma funkcionišu kako valja. Kada navale brige, setite se čarobnog dugmeta, ne dozvolite da vam bujica preplavi komore. Rešavajte probleme redom: jedan po jedan. Isključite prednje i stražnje motore, zaboravite prošlost i ne opterećujte se brigama o budućnosti. Razvijajte naviku življenja na 'jednodnevne rate'. Tek tada ćete sa pouzdanjem gledati u sadašnjicu. Jer, prošlost se ne može promeniti, a budućnost je sadržana u današnjici.“

Da li je to, možda, dr Osler želeo da kaže da ne moramo da se trudimo da se pripremamo za budućnost? Ne, nipošto. Hteo je da kaže da ćemo se za budućnost najbolje pripremiti ukoliko se svim silama usredsredimo na sadašnjost, to jest na savesno obavljanje poslova koje nam donosi sadašnjica. To je, po dr Osleru, jedini mogući način pripreme za budućnost.

Uostalom, „hleb naš današnji“ jedini je hleb koji možemo da svarimo: dok ga jedemo, ne razmišljamo o bajatom jučerašnjem, ni o nesigurnom sutrašnjem hlebu.

Mnogi od vas bez sumnje će reći da *moramo* da se brinemo za sutra, da *moramo* da napredujemo u poslu i obezbeđujemo sredstva za život sebi i svojoj porodici, da *moramo* da štedimo novac za stare dane. Slažem se, moramo. Moramo razmišljati o sutrašnjici,

brižljivo je planirati i nastojati da je učinimo što lepšom – *ali se ne moramo opterećivati nepotrebnim brigama o njoj.*

Za vreme rata vojni komandanti *planiraju* sutrašnjicu, ali nemaju vremena da razbijaju glavu brigama o njoj. „Najbolju opremu razdelio sam najboljim ljudima“, rekao je jednom prilikom admiral Ernest King, jedan od zapovednika američke mornarice u Prvom svetskom ratu, „i uputio ih na najkorisniji mogući zadatak. To je sve što sam mogao učiniti. Ako se nekad dogodi da brod potone, nije u mojoj moći da ga izvučem na površinu. Zato svoje vreme koristim radeći na zadacima koji stoje preda mnom, i ne razbijam glavu jučerašnjim propustima. Kada bih dozvolio da takve brige počnu da me opsedaju, ne bih mogao dugo izdržati na ovom poslu.“

U ratu ili miru, glavna razlika između konstruktivnog i nekonstruktivnog razmišljanja sastoji se u sledećem: konstruktivno razmišljanje polazi od uzroka i posledica, te stoga vodi ka logičnom planiranju, dok je nekonstruktivno razmišljanje zbrkano, pa često dovodi do napetosti i nervnih slomova.

Nedavno mi se pružila prilika da razgovaram sa Arturom Šulcbergerom, izdavačem *Njujork tajmsa*. Šulcberger mi je pričao kako je za vreme Drugog svetskog rata bio toliko potišten zbivanjima u svetu da je počeo da pati od nesanice. Često bi usred noći ustajao iz kreveta, uzimao boje i platno, i pokušavao da naslika vlastiti portret. Nije imao pojma o slikanju, ali je slikao da odagna brige. To mu, ipak, nije pomoglo, sve dok jednog dana nije pročitao dolenavedene stihove iz nekog crkvenog psalma:

*Gospode, svetlosti milostiva,
Zaustavi korake moje;
Ne žudim za predelima dalekim;
Jedan mi je korak dovoljan.*

Otprilike u to isto vreme, mladi američki vojnik Ted Bergamino na vlastitij je koži iskusio kuda vodi suviše opterećivanje brigama

o budućnosti. Bergamino se borio na evropskom vojištu, i sredinom 1945. ozbiljno je oboleo. „Radio sam u dokumentacijskom odeljenju Dvadeset četvrte pešadijske divizije“, piše Bergamino. „Vodio sam dokumentaciju o poginulim, nestalim i ranjenim borcima. Ujedno sam pomagao drugovima u iskopavanju leševa, kako savezničkih, tako i neprijateljskih vojnika, na brzinu pokopanih u plitke rake. Morao sam da sakupljam stvari koje su pripadale tim ljudima i da ih šaljem njihovim roditeljima i najbližoj rodbini. Živeo sam u neprekidnom strahu da bi moglo doći do ozbiljnih i neprijatnih zabuna. Brinuo sam i za sebe: da li ću preživeti ratne strahote i dočekati dan da zagrlim šesnaestomesečnog sina koga nikad nisam video. Bio sam toliko iscrpljen i ophrvan brigama da sam smršao petnaest kilograma. Nimalo ne preterujem kada kažem da sam bio na ivici ludila. Spopadali su me grčeviti napadi plača, pogotovo kada bih ostao sam. Bio sam već posve izgubio nadu da ću ikada više biti nalik normalnom ljudskom biću. I, završio sam u bolnici. Tamo sam, na svu sreću, naišao na jednog iskusnog lekara, koji me je svojim mudrim savetima doslovno vratio u život. Pošto me je pomno pregledao, rekao mi je da su sve moje tegobe psihičke prirode. 'Tede, zamisli na trenutak peščani sat, pa pokušaj da ga uporediš sa vlastitim životom', rekao mi je. 'Poznato ti je da je jedna polovina peščanog sata puna sitnih peščanih zrnaca što kroz usko grlo u sredini cure u donju polovinu sata. Niko na svetu nije u stanju da ubrza protok peščanih zrnaca kroz to usko grlo, a da pri tom ne ošteti sam sat... I ljudi su nalik tom peščanom satu: svakog dana suočavaju se sa hiljadama problema i zadataka. Mudar čovek ih rešava jedan po jedan, laganim i jednoličnim tempom, kao što zrnca peska jednolično protiču kroz stakleno grlo. Nerazborito je da čovek pokušava da reši sve probleme odjednom, pri čemu neminovno postaje žrtva svih svojih briga o budućnosti. Ukoliko tako postupamo, nema sumnje da ćemo oštetiti svoje telesno i duševno ustrojstvo, kao što bi se i stakleni zidovi na peščanom satu oštetili