

www.vulkani.rs
office@vulkani.rs

Naziv originala:
Haim Shapira
HAPPINESS AND OTHER SMALL THINGS
OF ABSOLUTE IMPORTANCE

Text copyright © Haim Shapira 2016

Translation Copyright © 2017 za srpsko izdanje Vulkan izdavaštvo

ISBN 978-86-10-01919-3



Ova knjiga štampana je na prirodnom recikliranom papiru od drveća koje raste u održivim šumama. Proces proizvodnje u potpunosti je u skladu sa svim važećim propisima Ministarstva životne sredine i prostornog planiranja Republike Srbije.

HAIM ŠAPIRA
SREĆA

&

*druge male
važne stvari*

Preveo Ivan Stanković

 Izdavaštvo
vulkan

Beograd, 2017.

Mojoj supruzi Danijeli i kćerkama Tal i Inbal

Sadržaj

Uvertira 9

1

Sreća je važna 11

2

Osećanja i želje 67

3

Mašta 115

4

Ukratko o ljubavi, ili Ono što zna lisica 133

5

U potrazi za izgubljenim vremenom 159

6

O mudrosti i značenju 183

Zavesa 195

Sreća: Rezime 203

Beleške 207

Bibliografija 209

Uvertira

Mnogi ljudi vekovima su razmišljali o osnovnim pitanjima ljudskog postojanja. Ova knjiga jeste šaroliko putovanje u dolinu velikih pitanja. Sa sobom vodim i mudre mislioce i mudrace svih vera, nacionalnosti i doba da nam pomognu da razumemo njihove ideje.

Na ovom našem putu upoznaćemo Antoana de Sent Egziperija i Džejn Ostin, Ludviga Vitgenštajna i Luisa Kerola, Sigmunda Frojda i Leu Goldberg, Seneku i Vinsenta van Goga, Ketrin Hepbern i Simon Vej, Džona Kitsa i kralja Solomona, Rabindranata Tagora i Tič Nat Hana, Vislavu Šimborsku i Volta Vitmana, Fridriha Ničea i Lava Tolstoja – da spomenemo samo neke.

Imaćemo kviz o značenju života, istraživaćemo zašto su brojevi tako važni i proverićemo koliko je zemlje bilo potrebno Tolstoju da bi bio srećan. Niče će nas voditi kroz eksperiment *hiljadu maski*. Pitaćemo žene šta ih čini srećnim i otkrićemo zašto ovi odgovori toliko iznenađuju muškarce. Otkrićemo vezu između *lekcije* i *manje** i šta je Mark Tven mislio o ljutnji. Epikur će predstaviti svoje uputstvo za srećan život. Lisica će podučavati Malog Princa o ljubavi i prijateljstvu.

* Engl. *lesson* i *less*, igra rečima. (Prim. prev.)

Namera ove knjige jeste da promeni vaš ugao gledanja na skoro sve u životu – a pre svega koncept sreće. Međutim, kao što možda znate, na ovom svetu nema besplatne vožnje. Čitaoci koji žele da izvuku najviše iz ove knjige moraće da budu aktivni: moraće da izvode zaključke na osnovu delova tekstova, ispravljaju sve greške koje pronađu i proširuju ideje koje žele.

Mada je putovanje u zemlju važnih stvari ozbiljno i menja život, nimalo manje nije važno da se uživa u vožnji. Pošto sam u sopstvenom životu shvatio da ozbiljno nije suprotnost zabavnog, uložio sam ozbiljan napor da vam predstavim zabavnu knjigu koja duboko i temeljno raspravlja o važnim temama.

1

Sreća je važna



Aristotel je verovao da je „sreća značenje i svrha života, njegov sveukupni cilj“. Međutim, u današnje vreme postoji mnogo različitih ideja o tome šta je sreća. Neki od nas moraju da se bave bandžijem da bi izazvali izliv radosti, dok će drugi pronaći blaženstvo tako što će ostati kod kuće. Neki su srećni dok u koncertnoj dvorani slušaju klasičnu muziku, dok disonantna dečja graja na igralištu može biti muzika za uši drugih. Neki ljudi mogu da osete ushićenje kada reše komplikovanu jednačinu, drugima je otkazani čas matematike srećno sećanje iz detinjstva. Romani Dostojevskog upoznaju nas s likovima koji osećaju izuzetnu sreću samo zato što su svesni svog postojanja, s drugima koji uživaju u tome da budu nesrećni, pa čak i s nekolicinom kojima je najveća radost da druge učine tužnima.

Razlikujemo se jedni od drugih, često mnogo. Ipak, da li je jedan način življenja ispravan, a drugi pogrešan?

Svi želimo da budemo srećni, ali da li je sreća zaista moguća?

Namera da bi čovek trebalo da bude „srećan“ nije obuhvaćena planom „stvaranja“.

Sigmund Frojd

Sreću ne bi trebalo da pomešamo s trenucima ili periodima sreće. Ljudi mogu biti srećni dva sata, dva dana, pa čak i čitavu godinu... ali to teži da bude to: sreća se, izgleda, nikada ne održi beskonačno. (Uzgređ, Vudi Alen ne slaže se sa mnom. On veruje da su periodi sreće mnogo kraći i da je, ako je neko srećan duže od dva dana zaredom, to samo zato što neko krije nešto od njega.)

U ovom poglavlju videćemo zašto je put do sreće veoma uzan, s dovoljno mesta za samo jednu osobu. Pridruzićemo se Hajnrihu Hajneu dok planira svoj dan velike sreće. Upoznaćemo se s bitnim trenucima u životima ljudi i žena i pokušaćemo da razumemo razloge velikih razlika među njima.

Pre nego što krenemo na put ka sreći, evo jednog malog saveta:

Sreća je leptir koji je, ako se goni, uvek tik izvan vašeg domašaja, ali koji, ako sedite u tišini, može da sleti na vas.

Natanijel Hotorn

○ statistici i kuvarima

Kada bi se među studentima sprovelo istraživanje o tome koji je najdosadniji predmet koji su morali da uče, statistika bi verovatno zauzela prvo mesto. Jedan student rekao mi je jednom da nikada nije razumeo potrebu za anestheticima kada postoji takvo obilje knjiga o statistici. Pre nego što odu u operacionu salu, rekao je, pacijente bi mogli da zamole da pročitaju dve ili tri strane iz brižljivo odabranog udžbenika, i uskoro bi potpuno otupeli i bili bi spremni za operaciju na otvorenom srcu.

Kada sam ovo predložio nekim svojim prijateljima lekarima, oni su isprva bili oduševljeni uvođenjem u totalnu anesteziju bez injekcija ili bilo kakvih invazivnih postupaka. Ali, kada sam im pokazao neke od dotičnih udžbenika, njihovo uzbuđenje brzo je splaslo. „Pacijenti se“, rekli su zevajući, „možda nikada ne bi probudili posle operacije.“

Da bih ublažio patnje mojih studenata koji moraju da pohađaju časove statistike, i da bih im pokazao da ovaj predmet, zapravo, može biti zabavan, pa i zanimljiv, često ih šaljem da sprovode istraživanja u vezi s različitim, čak i bizarnim temama. Jednom sam predložio da otkriju kakve se knjige štampaju u najvećim tiražima. Pošto su posetili nekoliko knjižara, mladi istraživači istupili su sa sledećim rezultatom:

(Čekajte – možete li da pretpostavite rezultat pre nego što nastavite? Ne bi trebalo da bude teško.)

Zadržite dah. Molim bubnjeve. „Pobednici su: Kuvari!“

Baš i nije iznenađujuće, ha? Neke knjige predstavljaju recepte za izuzetno ukusne pite koje se lako spremaju, druge nude dodatni posao i bezukusne pite, dok neke objašnjavaju veze između američke pite i matematičkog pi (π). Neki šefovi kuhinje su goli, dok su drugi u elegantnim odelima. Ima velikih šefova koji daju male savete i malih šefova koji daju velike savete.

(Evo mog malog saveta vama: Ako se zabavljate s nekim ko ima impresivnu zbirku kuvara, ne zaboravite da rezervišete sto u vašem omiljenom restoranu.)

Međutim, uprkos ovom mučiteljskom predjelu, ja zapravo uopšte neću raspravljati o kuvarima (i svakako ne nameravam da ih pišem, pošto jedino znam da skuvam jaje). U stvari, umesto o pobedniku, želim da pričam o prvoj pratilji u tom istraživanju: vodičima za sreću.

Kako biti zauvek srećan za samo tri minuta

Postoji bezbroj knjiga koje u naslovu imaju reč *sreća* i obećavaju čitaocima dugotrajno blaženstvo: rešenje svih zebnji i sumnji u sebe i postizanje dubokog spokoja. Neke od ovih knjiga idu čak toliko daleko da tvrde da je tek nekoliko minuta vežbanja dnevno dovoljno da postignemo ovaj uzvišeni cilj.

Pre nekoliko godina moja supruga pročitala je knjigu *Sreća na feng šui način* i posle toga zaključila da sam stvorio tok negativne energije kroz našu kuću – da ne spominjem činjenicu da ja uopšte nisam odlučivao o tome koji ćemo nameštaj kupiti. Proveo sam nedelju dana ukazujući joj na greške u knjizi i dokazujući da ja uopšte nisam izvor energije, a kamoli negativne. Na kraju smo kupili nov nameštaj za dnevnu sobu.

Šta mislite o ovakvoj knjizi? Veoma često, kada neko postavi pitanje: „Šta mislite...“, prati ga makar delom uma. Zato, dozvolite mi da vam kažem šta ja mislim o njima.

Pokušavajući da održim objektivnost, odlučio sam da ne čitam ovu vrstu knjiga o samopomoći. Uostalom, kada jednom pročitate knjigu, postoji šansa da ćete osetiti ličnu povezanost s njom, što može da vam zaseni rasuđivanje. Zato sam, pre nego da ih zaista pročitam, odlučio da prelistam nekoliko njih.

Ubrzo sam doneo sledeći zaključak: u većini slučajeva, čitanje knjiga „kako da budete srećni“ neće vas učiniti srećnijim (mada će neke od njih postati svojim autorima knjige „kako da se brzo obogatite“). Dozvolite mi da vam dam dva glavna od mnogih razloga zašto je to tako.

1.

Postoji empirijski dokaz da su knjige „kako postati srećan“ beskorisne

Kada bi se obistinio makar i delić obećanja datih u mnogim od ovih knjiga, ovaj svet bio bi do kolena u nepojmljivoj količini blaženstva. Svi znamo da nije tako.

2.

Znati „kako da“ ne nudi ništa novo u potrazi za srećom

Znanje je nešto što morate imati kada pokušavate da rešite diferencijalnu jednačinu, spremite pitu od tartufa a la Robišon ili pošaljete raketu u svemir. Potpuno je beskorisno kada ste u potrazi za srećom. Dozvolite da objasnim. Listajući jedan od onih vodiča „kako da“, naišao sam na zapanjujuće mudar savet. „Svakog jutra ustanite sa širokim osmehom i odlično raspoloženi.“ Kako sam samo bio srećan što su autori odabrali da podele ovu mudrost sa mnom! Pre nego što sam naleteo na ovu divnu ideju, mislio sam da bi svakog jutra trebalo da ustajem sa oštrim bolom u levom bubregu i budem duboko depresivan. Sada znam da sam sve vreme bio u zabludi.

Uticaj takvog saveta ravan je uticaju rečenice „Prijatan dan!“ koju vam je uputio prodavac. Naravno, ovakav podsticaj neće vam zaista učiniti dan lepim. Znanje onoga što je ispravno da treba uraditi zapravo ne pomaže mnogo. Pušači znaju da bi trebalo da prestanu da puše, ali kako to psihološki leči njihovu nikotinsku zavisnost?

Ove knjige toliko su popularne, naravno, ne zbog saveta koje sadrže već zato što se mnogi čitaoci identifikuju sa opisanim stilovima života: „Da, naravno, to je tako istinito. Zaista bi trebalo da se svakog jutra široko nasmejem i učinim neko dobro delo bar jednom dnevno.“ Mada nas, začudo, ove „kako da“ knjige, u stvari, ostavljaju da se pitamo: E sad, kako to da uradim? To je veliko pitanje.

U svakom slučaju verujem da nema organizovanih saveta za sreću. Različitim ljudima potrebni su različiti vodiči. Sumnjam čak i da onaj uzani put koji vodi do sreće pruža dovoljno prostora za jednu osobu. Toliko se razlikujemo jedni od drugih da ni organizovano putovanje, recimo, u Italiju, ne bi zadovoljilo želje svih polaznika. Dok bi neki posetioци Rima želeli da vide Sikstinsku kapelu i goste se različitim lokalnim pastama i crvenim vinima, drugi bi želeli da se povežu sa svojim zemljacima, pročaskaju o bezbolu i smažu malo crvenog mesa u lokalnom restorančiću s hamburgerima.

Mada organizovanim putovanjima, kao što možemo videti, po prirodi, nažalost, nedostaje obećavajući faktor kada je reč o individualnim ispunjenjima, možda postoje neka opšta navigaciona pravila koja bi mogla da nam pomognu da nađemo put ka sreći ako bismo mogli da prikupimo dovoljno samopouzdanja da putujemo sami. Drugim rečima, postoje li istine koje mogu da se nauče, a da važe za većinu ljudi kada je reč o pronalaznju blaženstva?

Evo jednog finog vežbanja. Pokušajte da se zapitate: pretpostavljajući da je sve moguće, kako bi izgledao najsrećniji dan vašeg života?

Budući da ovo nije jednostavno pitanje, voleo bih da pričekate nekoliko trenutaka pre nego što odgovorite.

Dok razmišljate, dozvolite da vam kažem šta bi pesnik Hajnrih Hajne možda odgovorio na ovo pitanje.

Najsrećniji dan u mom životu (kratak esej koji Hajne nikada nije napisao)

Najsrećniji dan u mom životu počeo bi kada se polako probudim u divno projektovanoj drvenoj kolibi, gore u Švajcarskim Alpima. Lagano bih ustao iz kreveta, protegao se, počeošao, zevnuo i otišao do stola na kome je postavljen doručak. Prateći nos, pronašao bih sveže pečeni baget na koji izdašno mažem slatki maslac. Nežno grizem krckavi hleb i ispijam veliki gutljaj sveže skuvane italijanske kafe koju je donela moja posluga.

Zatim odlazim do prozora i gostim oči prizorom malog, svetlucavog, tirkiznog jezera u dolini ispod kuće. Pogled mi silazi planinskim putem koji vodi do moje kolibe, dok očima upijam snegom prekrivene planine i njihov odraz u jezeru.

Da, ovo je blaženstvo, ali još nije savršeno. Šta je pesniku i misliocu poput mene sada potrebno? Pa, ako bog zaista želi da me usreći, evo dodatne sitnice koja bi mi bila potrebna da ovaj dan učinim izuzetnim: između kolibe i jezera voleo bih da vidim drvo na kome se, obešeni o grane, njišu moji neprijatelji. To! Koliba, prizor jezera, slatki maslac namazan na sveži baget i ljudi koji me mrze kako vise u krošnjama. Ništa ne može biti bolje od toga!

Bog će mi oprostiti. To mu je posao.

Hajnrih Hajne

Prilično sam saosećao sa Hajneom, dok nije došlo do drveta za vešanje. Ja ne želim da vidim bilo koga da visi sa ičega, a

kamoli s drveća. To me ne čini srećnim, ni najmanje. Međutim, za vreme jednog mog predavanja, nekome iz publike dopala se ova ideja. U stvari, rekao je, mala zemlja kao što je Izrael nema dovoljno drveća da na njega stanu svi koje bi on da obesi. E sad, pokušajte da kažete ovom čoveku da bi svakog jutra trebalo da ustane sa osmehom na licu.

Kao što sam ranije istakao, ljudi su veoma različiti i imaju veoma različite snove i želje. Jednom sam vodio radionicu o pozitivnom mišljenju za zaposlene jedne velike visokotehnološke firme, i otkrio sam tri zanimljive činjenice:

Činjenica 1

Ljudi, u stvari, ne znaju šta hoće. Nekima od učesnika bilo je potrebno čak petnaest minuta da uopšte počnu da pišu.

Činjenica 2

Najbolja osoba da s njom provedete svoj najsrećniji dan ne mora da bude vaš partner.

Činjenica 3

Mi ne znamo šta će nas usrećiti.

Listajući one vodiče za sreću, naleteo sam na zaista odličnu knjigu Danijela Gilberta: *Spoticanje na sreću (Random haus, 2006)**. Ona se ne usuđuje da nas vodi do sreće, već pre objašnjava – na osnovu mnogih savremenih psiholoških studija – zašto ne možemo da znamo šta će nas učiniti srećnim (čak i ako žudimo za najmodernijim 3D plazma televizorom, modernim kolima

* Daniel Gilbert: *Stumbling on Happiness* (Random House, 2006). (Prim. prev.)