

Copyright © 2014 Miona Moskovljević
Copyright © 2014 za ovo izdanje, LAGUNA

Tati,
sa kojim se najlepše smejem.

Škola za srećne ljude

U jednom malom selu, koje je imalo oko pedeset kuća, tri prodavnice i dve škole, jednog dana otvorena je još jedna škola. Ona nije nalikovala ni na jednu drugu. Bila je daleko manja i smeštena u centru sela. Na beloj tabli pored ulaza pisalo je velikim slovima „Škola za srećne ljude“. Seljani su se u početku pitali šta bi to trebalo da znači, a onda se na toj istoj tabli pojavilo objašnjenje: „za sve ljude koji žele da budu srećni“. U toj školi se nisu koristile knjige i nije se plaćala školarina. Ljudi su bili nepoverljivi ali su neki roditelji ipak odlučili da tu upišu decu. Prvo odeljenje je imalo samo pet đaka kojima je predavao profesor kome niko nije znao ime. Svi su ga jednostavno zvali Profesor. Nije bio mnogo visok, imao je tamnu kosu i veliki stomak. U očima mu se videlo da je bio uporan. Na licu je uvek imao osmeh.

Prvog dana kada je ušao u malu učionicu zelenih zidova odmah je prišao jednom dečaku i pitao ga da li je srećan. Dečak je slegnuo ramenima i rekao da ne zna.

– Iskreno, ne bih rekao da jesi. Ne vidim ti osmeh na licu niti sjaj u očima, a kladam se da ne osećaš leptiriće u stomaku.

Dečak je bio zbunjen. – U pravu ste, ne osećam.

Profesor se okrenuo ka maloj zelenoj tabli i rekao razredu:

– Želim da svaki dan izaberete po tri stvari koje će vas činiti srećnim tog dana. Na tabli je napisao „Tri stvari za srećan dan“.

Pogledao je petoro dece, tri dečaka i dve devojčice, i rekao:

– Daću vam deset minuta da razmislite. Zapamtite: tri stvari. – Zatim je izašao iz učionice.

Đaci su ćutali. Nisu ćak ni poglede razmenili. Sve vreme su razmišljali gledajući u male klupe ispred sebe.

Posle taćno deset minuta profesor je ušao u ućionicu i ponovo postavio isto pitanje istom dećaku: – Jesi li srećan?

Dećak nije baš najbolje razumeo zadatak, pa je ponovo slegnuo ramenima.

– Evo, ja ću ti pomoći. Zašto se, na primer, ne bi radovao tome što si danas pošao u školu. Ili što si upoznao njega. – Pokazao je pogledom na druga u susednoj klupi.

Dećak se osmehnu. Pojavi mu se mali sjaj u oćima. – Imam i treći razlog – reće dećak ponosno.

– Da ćujemo – zahtevao je profesor.

– Posle škole idem s tatom u varoš.

– Odlićno! Źelim vam lep provod. – Napravio je malu pauzu. – Da ćujemo dalje!

Deca su poćela da se javljaju i da prićaju. Uglavnom su se smeškala.

Odgovori su bili: oćelila mi se krava, danas beremo paradajz, idem da igram fudbal, košarku, idemo da se kupamo u reci itd.

Posle tog ćasa profesor ih je pustio kući da ućivaju.

Svakog sledećeg dana postavljao im je isto pitanje. Deca su ćesto razmišljala o tri stvari koje ih ćine srećnim. U toj školi profesor im je predavao i druge predmete, kao što su matematika, biologija itd. Ipak, mnogo ćešće im je govorio o onome što ih ćeka u Źivotu i savetovao ih. Nije gubio vreme ućeći ih nebitnim stvarima. Umesto toga, pokazivao im je male trikove, koji bi mogli da ih ućine srećnim ljudima.

Jednog dana profesor je svakom detetu kupio veliku ćokoladu s lešnicima. Svi đaci su bili oduševljeni, skakali su od sreće mećusobno se grleći.

– Slušajte me sad paŹljivo – reće profesor i deca sedošu na svoja mesta. – Źelim da svako od vas svakog dana uzme po taćno dve kocke te ćokolade.

Deca su u poćetku bila malo zbunjena, ali kad je prošlo par dana shvatili su. Jedna od one tri stvari koje ih ćine srećnim bile su te dve kockice ćokolade. Postajala su sve srećnija i srećnija. Roditelji su to poćeli da primećuju i da upisuju i drugu decu u tu školu. Takođe su razglasili prijateljima, tako da je škola za dva meseca imala petnaest ućenika. Ćasovi se nisu mnogo razlikovali. Svaki put birali bi tri stvari i radovali se njima. Prićali bi o svojim osećanjima. Pokušavali bi da razumeju sreću i šta to znaći biti srećan.

Tek trećeg meseca profesor je ušao u ućionicu i umesto da poŹeli dobro jutro rekao je: – Danas ćemo da ućimo nešto novo.

Deca su ga gledala radoznalo.

– Naučili smo kako nas stvari, razne sitnice i dešavanja čine srećnim. Sada ćemo početi da učimo kako da jedni druge usrećujemo. Postoje tri stvari koje možete uraditi da bi obradovali i nasmejali druge. Možete pokloniti nešto, ali ne bilo šta. Nešto posebno, nešto što on ili ona vole. Nešto u čemu će uživati. Možete im ispričati nešto duhovito. Nešto što će da ih razveseli. To je dobro jer se ljudi nekada ne smeju zato što su srećni, već su srećni zato što se smeju. I možete da im kažete nešto lepo. Pažljivo birajte reči i uvek govorite nešto što će im dati do znanja da su i oni važni. Pohvalite njihove dobre osobine i trud kada nešto rade. Nešto što bi oni želeli da čuju, ali obavezno budite iskreni.

Napravio je malu pauzu. – Hajde da probamo. Evo, na primer, ti – pokaza prstom na jednog dečaka. – Čuo sam da si ti duhovit. Hajde nam ispričaj neki vic, ali pazi da sve nasmeješ.

Dečak ustade. Uzdahnu duboko. Razmisli na trenutak koji vic da izabere. Znao ih je mnogo, ali jedan se izdvajao. Stade nasred učionice i poče da priča:

– Došao Arapin u Srbiju da studira i posle nekog vremena odluči da napiše ocu pismo: „Tata, ovde je sve dobro, Srbija je divna zemlja. Samo me je malo sramota jer dolazim mercedesom na fakultet, a neki moji profesori dolaze tramvajem.“ Nakon nekog vremena stiže njemu odgovor od tate i par miliona. „Sine, nemoj da nas brukaš, evo ti pare, kupi i ti tramvaj.“

Ostatak razreda se slatko nasmeja.

– Nasmejao si ih na par sekundi. Kao što vidite, ta sreća od zasmeljavanja ne traje dugo. Ali je dobra, jer oraspoloži čoveka.

Napravio je malu pauzu, pa nastavio: – Idemo dalje. Poklanjanje. To uopšte nije lako. Da biste nekog obradovali poklonom, morate tačno da znate šta voli, tj. morate da dobro poznajete tu osobu. Znači, ne možete poklonom obradovati bilo koga, ali ako ste duhoviti, možete ga nasmejati.

Profesor je napravio jedan okret.

– I treća stvar: recite ljudima nešto lepo. Na primer, na primer, ti – pokaza prstom na devojčicu u drugoj klupi. – Čuo sam da si ti veoma dobra i da sve dobro poznaješ. Hajde, reci drugarici iz klupe nešto lepo, da joj namamiš osmeh na lice.

Devojčica se zamisli, dobro pogleda drugaricu iz klupe, pa reče: – Jesu li ti to nove minduše?

– Jesu, mama mi ih je kupila juče.

– Divne su, lepše videla nisam. Imaš sigurno najlepše minduše na svetu. – To je izgovorila puna oduševljenja i divljenja.

Drugarica iz klupe se slatko nasmejala, i videlo se da joj je drago i da je srećna što baš ona poseduje najlepše minduše na svetu.

– Ovo ćemo vežbati svakog dana, mesec dana – reče ozbiljno profesor. – Sutra svi donesite neki poklon svom drugu iz klupe, tako da ga to obraduje i iznenadi. I da, ne zaboravite na tri stvari koje vas čine srećnim – profesor se nasmeši. – Možete da idete kući.

Sutradan su deca došla pripremljena u školu. Donosila su razne stvari da poklone drugu ili drugarici. Već su znala tri stvari zbog kojih se raduju. Pripremala su komplimente za druge. Nekoliko njih je spremilo i viceve. Profesor je bio zadovoljan. U učionici je vladao smeh. Deca su skakutala, grlila se i zahvaljivala jedna drugima na divnim poklonima. I sam profesor se smeškao i radovao.

Mesec dana ništa novo nisu učili, samo su vežbali uz smeh. Još više su se radovali. Jedni druge činili su srećnim. Pokloni koje su davali nikada nisu bili veliki i skupi, bile su to sitnice, odabrane s pažnjom i ljubavlju i zbog toga su mnogo značile onom ko ih je primao. Možda neka zajednička slika, neko pisamce, pa čak i gumica za kosu. Komplimenti su im išli možda i najlakše. Pohvalili bi nečiju suknju, haljinu, majicu. Takođe su delili komplimente osobinama: dobroti, ljubaznosti, hrabrosti itd. Ponekad bi ih i sam profesor pohvalio. Tada bi deca radosna trčala kući da saopšte ponosnim roditeljima.

– U redu – rekao je profesor posle trideset tri dana. – Mislim da ste ovo dobro savladali. Sada prelazimo na najteži i najozbiljniji stepen sreće. Samo da vas podsetim da smo naučili kako nas razne sitnice i različiti događaji u životu čine srećnim. Zatim smo naučili kako da jedni druge obradujemo i da na kratko nekom izmamimo osmeh na lice i probudimo leptiriće u stomaku. A sada ćemo naučiti kako sami sebe da usrećujemo.

Deca su bila zainteresovana koliko i zbunjena. Načuljila su uši i pažljivo slušala.

– Neka svako od vas nađe nešto što će ga uvek činiti srećnim. Da biste to pronašli, moraćete sve da probate. Nekada se ljudima posreći, pa im se prva ili druga stvar koju probaju sviđa. Na primer, neki ljudi vole matematiku. Vole da rešavaju različite probleme. Jednostavno uživaju u tome. I sve vreme dok to rade, srećni su i zadovoljni. Ja uživam dok predajem i dok pomažem drugima. Našao sam nešto što me čini srećnim. To hoću i od vas. Počnite da mislite o tome. Probajte razne stvari. Imate još vremena da otkrijete koji posao bi vas činio srećnim. Ali zapamtite, šansa da radite ono što volite se ne ukazuje dva puta u životu. Teško je da budete srećni ako ceo život radite nešto što ne volite. Iskoristite je kako treba.

Đaci su već počeli da razmišljaju. Odmah posle škole bacili su se na posao. Sve to su shvatali kao jedan veliki domaći zadatak.

Profesor je pustio đake da traže ono što će ih činiti srećnim. A za to vreme samo su ponavljali i vežbali ono što su već naučili. Đacima nije bilo lako da pronađu stvar koju vole. Imali su mnogo mašte, mnogo različitih ideja. Bilo je tu mnogo toga što je vredelo pokušati. Svaki dan smišljali bi nešto novo. Kada bi im se učinilo da su otkrili šta vole da rade, držali bi se toga dva-tri dana, a zatim bi im i to dosadilo, pa bi ponovo pokušali nešto novo.

U međuvremenu, škola se dosta proširila. Postala je poznata. Dolazila su deca iz susednih sela, pa čak i iz gradova. Novim đacima profesor je držao dodatne časove kako bi stigli ostale. Decu iz grada nije obradovala čokolada jer za njih nije bila ništa novo. Ali profesor se snašao i zabranio im da jedu čokoladu dve nedelje. Kada im je sledeći put dao tu istu čokoladicu, deca su bila presrećna. Naučio ih je da se raduju malim stvarima. Neki kažu: da bi čovek mogao da bude zaista srećan, prvo mora da bude nesrećan. Profesor je pokušavao da im objasni da to nije tako. Rekao je: – Radujte se sitnicama, radujte se malim stvarima, radujte se svemu onom što imate.

Posle pet meseci sva deca u školi, kojih je sada bilo tridesetak, našla su tu jednu stvar koja će ih uvek činiti srećnim.

Neko je odabrao pisanje, neko slikanje, drugi trčanje, fudbal, košarku, ili biologiju, podučavanje, pomaganje, lečenje, glumu...

Profesor ih je terao da svakoga dana uživaju u onome što ih čini srećnim.

– Primenjujte sve ovo što ste dosad naučili, a ja ću vam održati jedan kratak čas, kao poklon, kako da se oraspoložite kada ste veoma tužni.

Sva deca su pažljivo slušala. Niko se nije pomerao, a retko ko je i treptao. Ova tema je svima bila poznata i sva deca su se pitala šta da rade kad život ne krene baš najbolje.

– Kad ste veoma tužni, radite tu jednu stvar koju ste izabrali. To nešto što vas čini srećnim. Nakratko zaboravićete tugu i prepustiti se uživanju. Što duže to radite, to će vam biti lakše. Ne dajte da vam škola, posao i nebitni ljudi kvare sreću. I nemojte prerano očajavati, ne znate uvek da li imate sreće ili ne.

Đaci su nastavili da vežbaju, da ponavljaju šta su naučili, da se raduju i smeju.

Novi đaci su dolazili. Profesor je radio mnogo više. Trudio se da im sve objasni.

Uskoro, došao je i kraj školske godine kada je škola imala ukupno pedeset učenika. Svi su se okupili na jednom mestu i slušali profesora.

– Dođe i ovoj školskoj godini kraj. Ja se nadam da ste nešto naučili i da ćete biti zadovoljni što ste pohađali ovu školu. Zapamtite ovo: u životu ne postoje

pobede, u životu postoje samo borbe. Ako nađete cilj za koji ćete da se borite, na dobrom ste putu da budete srećni. Ja sam vas naučio nekim stvarima koje vam mogu pomoći da nađete sreću. Ali istina je sledeća: Želite da budete srećni? Budite!

Napravio je malu pauzu, a zatim nastavio: – Imam jedan poklon za vas. Svesku koja vam neće dati da zaboravite šta ste naučili i koja će vam pomoći da se stalno radujete i budete srećni.

Profesor je podelio sveske, a zatim se okrenuo i izašao iz učionice ostavivši đake da aplaudiraju.

S vremenom deca su shvatila da su u ovoj školi naučila da pozitivno razmišljaju i da budu srećna. Znala su da to mogu.

Škola je nastavila da radi. U svakoj sledećoj generaciji imala je sve više i više učenika. Iz nje su izlazili srećni ljudi. Radovali su se malim stvarima i pamtili dane po lepim trenucima. Osmeh je bio osnova njihove sreće.

Nije svako dete postalo bogat, uspešan i poznat čovek, ali svi su bili srećni. A to je ipak najbitnije.

**„Želim da svaki dan izaberete
po tri stvari koje će vas
činiti srećnim tog dana.“**

Profesor iz Škole za srećne ljude

Isplanirajte čemu ćete da se radujete
sledećeg dana.

Tri stvari za srećan dan

Dan 1:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 2:

- 1)
- 2)
- 3)

Studija sa Harvarda pokazala je da zagrljaji čine ljude srećnim.

Dan 3:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 4:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 5:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 6:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 7:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 8:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 9:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 10:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 11:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 12:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 13:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 14:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 15:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 16:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 17:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 18:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 19:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 20:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 21:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 22:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 23:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 24:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 25:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 26:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 27:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 28:

- 1)
- 2)
- 3)



„Sreća nije nešto što pada s neba.
Ona dolazi iz naših aktivnosti.“

Dalaj Lama

Dan 29:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 30:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 31:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 32:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 33:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 34:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 35:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 36:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 37:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 38:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 39:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 40:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 41:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 42:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 43:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 44:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 45:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 46:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 47:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 48:

- 1)
- 2)
- 3)

Istraživanja pokazuju da podrškom i pohvalom
usrećujemo druge.

Dan 49:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 50:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 51:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 52:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 53:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 54:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 55:



- 1)
- 2)
- 3)

Dan 56:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 57:

- 1)
- 2)
- 3)



„Pravila za sreću:
nešto uradi,
nekoga voli,
nečemu se nadaj.“

Immanuel Kant

Dan 58:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 59:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 60:

- 1)
- 2)
- 3)

Danijel Gilbert, ekspert za sreću sa Univerziteta Harvard, kaže da je najveći izvor sreće vreme provedeno sa porodicom i prijateljima.

Dan 61:

- 1)
- 2)
- 3)

Dan 62:

- 1)
- 2)
- 3)