

HET GEHEIM VAN EEN GELUKKIG LEVEN

Dijana Sakic

Schrijver: Dijana Sakic
Coverontwerp: Dijana Sakic
ISBN: 9789402185942
© <Dijana Sakic>

www.artemislifecoaching.nl

Toegewijd aan mijn zoon...

*“When you change the way you
look at things, the things you
look at change...”*

- Dr. Wayne W. Dyer

INHOUD

Voorwoord	7
Wet van aantrekkingskracht	11
Het verleden	25
Leven in het NU	35
Overtuigingen	41
Zes menselijke behoeftes	51
Wie ben jij?	59
Focus	69
Doelen bereiken	81
Nieuwe generatie	93
Relaties	101
Leef je droomleven	111
Inspirerende citaten	119
Oefeningen en opdrachten	125
Affirmaties	145

VOORWOORD

Eindelijk heb ik besloten om mijn eerste boek te schrijven. Zolang ik mij bewust ben van mijn eigen bestaan, ben ik aan het schrijven.

Dagboeken, verhalen, gedichten, liedjes. Eigenlijk wilde ik altijd zangeres worden, maar schrijven ging me toch beter af dan zingen. Ik wilde altijd een verhaal vertellen, mensen boeien, inspireren en motiveren. Als klein meisje putte ik veel kracht uit muziek. Ik zou Engelstalige liedjes vertalen om de diepte van de boodschap te begrijpen. Zo heb ik ook Engels geleerd. Diepe en poëtische woorden die je in de les Engels op school nooit zou leren. Ik heb ook een paar keer een poging gedaan om een boek te schrijven, maar het werd toch nooit precies wat ik wilde, dus ik heb het nooit afgemaakt. Schrijven was altijd een van mijn persoonlijke therapieën. Ontsnapping aan dagelijkse sleur en creatie van een eigen wereld. Daarnaast is mijn hoofd altijd vol van dingen die ik wil vertellen en delen met anderen.

Waarom juist nu een boek schrijven? Na een lange spirituele reis, ontdekking van mijzelf door een hoop, vooral moeilijke, persoonlijke levenservaringen, eindeloze zoektocht naar antwoorden op levensvragen, een paar

opleidingen, stapels en stapels zelfhulp boeken, uren en uren lange YouTube video's van de werelds grootste spirituele leiders en leraren en een enorme nieuwsgierigheid naar de menselijke geest, ben ik nu klaar om mijn kennis en inzichten te delen met mensen in de hoop dat ze door dit boek een weg zullen vinden naar een écht gelukkig leven.

Iedereen die me persoonlijk kent weet dat ik een dromer ben, altijd verloren in mijn gedachtes, denkend aan het mysterie van de menselijke aard en de echte zin van het leven. Waarom doen mensen wat ze doen, waarom voelen ze wat ze voelen en waarom reageert iedereen anders? Uitdagingen die ik in mijn leven had waren niet bepaald klein. Terugkijkend op zoveel uitdagingen die ik heb gehad en wetend dat alles met een reden gebeurt, ben ik dankbaar voor alle dingen die ik heb meegemaakt, omdat het me heeft gebracht waar ik nu ben en ik zou nergens liever willen zijn. Het heeft me gemaakt tot de persoon die ik vandaag ben en ik zou niemand anders liever willen zijn. Mijn dankbaarheid is groot en mijn dromen voor de toekomst zijn nog groter. Mijn missie om een spoor van mijn leven achter te laten, hoe klein of hoe groot dat ook mag zijn, mensen raken en helpen op wat voor manier

dan ook zijn mijn drijfveren voor dit boek en alles wat ik in mijn leven nog ga doen. Vooral omdat ik zelf een moeder ben, wil ik voor mijn kind en iedereen die dit boek gaat lezen een belangrijke en waardevolle boodschap achterlaten: leef elke dag in dankbaarheid, help iedereen die je kunt helpen en heb zoveel lol als je kunt. Angst is een leugenaar die niet bestaat, net als een monster onder het bed. Je bent altijd op de goede weg en je kunt werkelijk álles hebben en zijn, als je dit werkelijk gelooft. Dit hebben we vaak gehoord, maar deze uitspraak wordt vaak als een 'sprookje' opgevat, want het leven is nu eenmaal zwaar en je moet hard knokken voor een fatsoenlijk bestaan. In dit boek wil ik uitleggen waarom dit absoluut niet waar is en je de regels van het spel dat leven heet uitleggen. Na dit boek zul je nooit meer hetzelfde zijn en kom je te weten hoe je dingen kunt bereiken die je niet voor mogelijk hield. Je bent de redacteur, producent en acteur in je eigen leven. Het is een spel dat je kunt winnen als je weet hoe je het moet spelen. Ik hoop dat jullie geïnspireerd en gemotiveerd worden om moeilijke vragen aan jezelf te stellen, moed te vinden om je kwetsbaar op te stellen en eigen kracht durven te gebruiken om jullie leven buitengewoon te maken. Ik wens jullie veel

plezier met het lezen en daarna vooral veel
plezier met het spelen!

HOOFDSTUK 1

“Wet van aantrekkingskracht”

Na letterlijk uren en urenlang te hebben gekeken en geluisterd naar de beste spirituele leraren van onze tijd en natuurlijk na het zelf uitproberen van hun beweringen en overtuigingen, heb ik inzichten gekregen waardoor ik me elke dag zo gelukkig voel. Wij bezitten krachten waar de meeste mensen geen benul van hebben en ik voel me verplicht om dit door te geven. Nu ik terugkijk op zoveel eigen, vooral negatieve levenservaringen, waar ik zo dankbaar voor ben, realiseer ik me hoeveel vragen ik nu wel kan beantwoorden, dankzij zoveel kennis die ik van al deze geweldige mensen heb opgedaan. Een ding dat ik als eerste wil introduceren en waar ik over wil vertellen is de 'Wet van aantrekkingskracht'. Dit fenomeen is voor het eerst in 2008 'bekend gemaakt' in een Amerikaanse documentaire "The Secret". Het was controversieel en is door velen belachelijk gemaakt, maar deze sceptische kijk op het hele verhaal komt gewoon door het gebrek aan kennis, onvolledige uitleg en misverstand over de werkelijke functie ervan. De wet van aantrekkingskracht moet eerst werkelijk begrepen worden. Daarbij, de wet van aantrekkingskracht is een universele wet die bestaat, of jij erin gelooft of niet. Ik heb zoveel discussies en commentaren

over deze kwestie gelezen en wat ik zo jammer vind is dat het gebrek aan kennis en vooral de wil om het te begrijpen, mensen zichzelf van de mooiste gift die we bezitten weerhouden. Het is geen 'zweverig gedoe' of 'spirituele onzin'. Het heeft te maken met wetenschap en nog belangrijker, je kunt het zelf testen. De grootste wetenschappers en filosofen uit onze geschiedenis hadden het over al deze dingen en dat is niet voor niets.

Wat ik heb geleerd en wat ik zeker weet is dat jouw overtuigingen je leven zullen vormen. Jouw gedachtes bepalen je realiteit. Jouw emoties zijn je belangrijkste wegwijzers. Alles om ons heen en wijzelf zijn energie die op een bepaalde frequentie vibreert en op deze manier alles in ons leven 'aantrekt' oftewel manifesteert. Wij creëren ons eigen leven en het universum is altijd aan het 'werken', of je dit gelooft of niet. Oppervlakkig lijkt dit best makkelijk te begrijpen, maar dit gaat zoveel dieper dan deze paar zinnen doen lijken. Ik hoop dat dit boek er juist voor zorgt dat de lezers een begrip van hoger niveau bereiken. Dus wat is precies de 'Wet van aantrekkingskracht' en hoe kun je het in je eigen voordeel gebruiken om een leven van je dromen te realiseren? Je zou kunnen beginnen met de

documentaire of het boek 'The Secret', maar vertrouw me als ik zeg dat dit maar het topje van de ijsberg is. Deze documentaire is maar een introductie van de wet van aantrekkingskracht, maar ontbeert veel diepere en belangrijke stukken die noodzakelijk zijn om deze wet volledig te begrijpen en optimaal te gebruiken in je eigen voordeel. Daarnaast beveel ik boeken en video's aan van de grootste spirituele leiders en leraren zoals Esther (Abraham) Hicks, Neale Donald Walsch, Eckhart Tolle, Brian Tracy, Bob Proctor, Louise Haye, Jim Rohn, Napoleon Hill, Wayne Dyer en Tony Robbins (om er maar een paar te noemen), maar ik wil de beste en de meest inspirerende en motiverende inzichten van ieder van hen in dit boek zo goed mogelijk beschrijven en uitleggen. Ik wil jullie de beste tools geven die de beste mogelijkheden geven tot het beste resultaat. Iedereen heeft een andere definitie van geluk en succes, maar dit zijn twee doelen in het leven waar iedereen naar streeft en twee doelen die iedereen waar kan maken precies naar eigen wens. Geloof helemaal niets, maar sta er open voor en test het zelf. Ik heb het gedaan en doe het nog steeds elke dag.

Over een ding wil ik heel duidelijk zijn: ik wil mensen absoluut niet overtuigen van de wet van

aantrekkingskracht. Ik wil ze eigenlijk van helemaal niets overtuigen. Ik wil alleen een perspectief aanbieden dat mensen van dienst kan zijn. Mijn intentie is om informatie door te geven die potentieel levens kan transformeren in iets wonderbaarlijks. Als ik maar één persoon kan inspireren of motiveren om zijn of haar uitdagingen te overwinnen, ben ik een voldaan mens en wordt dit boek al mijn tijd en inzet waard.

Toen ik écht begreep dat geluk niets te maken heeft met externe dingen, situaties, omstandigheden en mensen, voelde ik echt geluk en betekenis van echte vrijheid. Veel mensen weten dit, maar vatten dit op als een cliché. Iets wat je hoort te zeggen. Iets wat 'zou moeten zijn', maar het nooit echt zo is. Of tenminste, het is niet echt iets wat je voelt. Je bent in constant gevecht om iets te krijgen, kopen, veranderen en bereiken, omdat je denkt dat je dan pas echt gelukkig wordt. Misschien word je dat ook, maar altijd voor heel even. Een snelle rush door je lichaam, wetende dat je iets eindelijk hebt of hebt bereikt, maar heel snel wil je weer meer of weer iets anders. Dat zit nou eenmaal in onze menselijke aard, maar je zult nooit bij een eindstation komen waar geluk op je zit te wachten. Dat is er niet. Dat zit in jou, los van