

Afirmacije za
PUT PROMENE

Biblioteka
BUĐENJE



Siniša Ubović

Afirmacije za
PUT PROMENE

Leo commerce
Beograd, 2013

Naziv knjige:
Afirmacije za Put promene – Siniša Ubović

Copyright © Leo commerce

Sva prava su zadržana. Nijedan deo ovog izdanja se ne sme reprodukovati, skladištiti u povratnom sistemu, ili prenositi, u bilo kom obliku, ili bilo kojim sredstvima, elektronskim, mehaničkim, fotokopirnim i sličnim, bez prethodne dozvole izdavača i vlasnika autorskih prava.

Urednik:
Slađana Perišić

Lektura i korektura:
Jelena Dimitrijević

Prelom i korice:
Leo commerce

Za izdavača:
Nenad i Slađana Perišić

Izdavač
ID Leo commerce, Beograd

Plasman
ID Leo commerce, Beograd
Mihajla Bandura 36

011/375-2625; 011/375-2626; 011/375-2627; 063/517-874

E-mail: nesaperisic@gmail.com
info@leo.rs
www.leo.rs

Štampa: Sajnos, Novi Sad

Tiraž: 1000

ISBN 978-86-7950-231-5

SADRŽAJ

JA SAM ONO ŠTO MISLIM DA JESAM.....	7
LJUBAV, VEZE I MEĐULJUDSKI ODNOSI	
– BRIGA O SEBI	13
POSLO, FINANSIJE I NAPREDAK.....	39
PROMENE, PREKRETNICE I ODLUKE	59
ZDRAVLJE, TELO I VITALNOST	
– VERUJEM ŽIVOTU I UČIM DA OPRAŠTAM.....	87



Ja sam ono što mislim da jesam

Kažu da nam u toku dana kroz glavu prođe 50.000 do 70.000 misli. Što je još zanimljivije, većina njih se iz dana u dan ponavlja. Od kvaliteta misli koje mislimo zavisi kvalitet života koji živimo. Verovali mi u to ili ne, ovaj zakon je uvek na delu. ***Mi živimo ono što mislimo. Mi postajemo ono o čemu razmišljamo.*** Veoma je važno da s vremena na vreme sebi postavimo pitanje: da li mi se dopada ovo što vidim u svom životu? Ako ste zadovoljni i ispunjeni onim što jeste i onim što živite – sjajno, samo tako nastavite. Ukoliko pak mislite da ima još polja na kojima niste do kraja zablistali, na kojima se niste do kraja ostvarili, pravi je trenutak da učinite nešto po tom pitanju. Ako prihvatamo ideju da naše misli kreiraju našu stvarnost, kakve bi to misli bilo korisno da imate da biste živeli upravo onakav život kakav verujete da zaslužujete i da vam pripada? Tu na scenu stupaju ***afirmacije***. Šta su zapravo afirmacije i kako funkcionišu? Ja ih smatram jednim od najkorisnijih pomoćnih alata na putu kreiranja slike svog novog, lep-

šeg i srećnijeg života. Zapravo, sve što govorimo, izjavljujemo, slušamo i mislimo jeste afirmacija. Ako bismo obratili pažnju na reči koje najčešće izgovaramo, lako bismo se uverili da živimo upravo to što izgovaramo. Da li spadate u grupu onih koji se žale na vremenske uslove, na kišu, sneg, vrućinu, ili se pak dobro obučete, odnosno raskomotite i radujete se toj promenljivosti koja svaki vaš dan boji novim i drugačijim bojama? Da li zamerate drugima što rade neke stvari koje su vama neshvatljive, da li gundate, prigovarate i kritikujete ih, ili znate da svako od njih radi onako kako najbolje zna i ume? Da li se budite slomljeni i umorni, sa željom da se pokrijete preko glave i prespavate ceo dan koji pred vas donosi gomilu obaveza i moranja, ili ustajete puni energije jer znate da je pred vama još jedan dan, dan kakav do sada nikada niste doživeli, dan drugačiji od svega što ste do sada doživeli i što možete da doživite? Sve je stvar pristupa, svemu možemo da pristupimo na ovaj ili onaj način. I to i jeste jedan od osnovnih principa po kojima funkcionišu pozitivne afirmacije. U svemu što govorite, u svemu što radite, nađite onu stranu koja će bolje, jasnije i snažnije da oslika ishod kakav želite u svom životu. Nekada sam, kao i mnogi, znatno više vremena provodio konstatujući šta sve to oko mene ne funkcioniše, mnogo mi je bilo lakše da se žalim na sve i svakoga i da pritom govorim za sebe da sam „realan“.

To je bio sjajan izgovor za sve u čemu nisam bio zadovoljan ili uspšan. Danas znam da je ta realnost na koju sam se pozivao bila realnost koju sam sâm tada živeo i kreirao. I to samo **moja realnost**. Ničija više. Ja sam je stvarao, ja sam je izgovarao, ja sam je živeo. To je kao kada dve osobe gledaju isto umetničko delo, na primer sliku nekog modernog, apstraktnog autora. Jedna od njih diviće se načinu na koji je umetnik naslikao svoje delo, videće smelost i inventivnost u kompoziciji i elementima kojima se poigrava i može reći da nikada u životu nije videla nešto tako fascinantno, dok druga osoba može da ostane potpuno ravnodušna ili ne može da veruje kakvu glupost i nebulozu gleda. Može i da kaže da to realno jeste glupost i budalaština, jer kako je moguće da se umetničkim delom nazove papazjanija na kojoj se ne razaznaje da li je ovaj nazovi-umetnik naslikao knjigu, uvo, kolač ili budilnik. I ko je od ovo dvoje u pravu? Ko može da tvrdi da je njegova realnost **realnija** od realnosti onog drugog? *Svako može da bira šta će da gleda i šta će u onome što gleda da vidi.* Upravo na tom principu počiva i filozofija pozitivnog pristupa. Ona se ne zasniva na onome što mnogi nazivaju laganjem ili zavaravanjem sebe. Pozitivno razmišljati znači promeniti percepciju, zameniti ugao gledanja na stvari, sagledavati pozitivne aspekte onoga što jeste i na taj način svoju pažnju preusmeravati od problema ka

**LEO RIZNICA**

Plasman

Knjižara "Riznica knjiga"
Subotićeva br.1 lok. 2
023/512-812, 063/517-874
Zrenjanin

Knjižara "Riznica knjiga br. 1"
Tržni centar bb, kod hotela
"Konak"
031/846-296, 063/517-874
Zlatibor

Knjižara "Riznica knjiga br. 3"
TC Bagljaš bb
Bulevar Veljka Vlahovića bb
063/517-874
Zrenjanin

Knjižara "Riznica knjiga br. 4"
U holu Doma sindikata
Dečanska 14, lokal br. 30
011/3235-221, 063/517-874
Beograd

Knjižara "Riznica knjiga br. 5"
Trg srpskih dobrovoljaca 19
0230/29-917 063/517-874
Kikinda

Knjižara "Riznica knjiga br. 6"
Gimnazijska 17
023/510-783
063/517-874
Zrenjanin

I u svim bolje snabdevenim knjižarama
Vaš Leo commerce
info@leo.rs
www.leo.rs

Posetite sajt: www.lavovskicasopis.rs



Android Market

Leo commerce je prvi izdavač iz Srbije koji svoja izdanja plasira i u digitalnoj formi, eBook formi. Spisak naslova koje možete da čitate preko tablet računara ili Android mobilnih telefona dostupan je na sajtu www.leo.rs i na linku <http://www.leo.rs/e-izdanja.aspx>

Vaš Leo commerce

CIP - Katalogizacija u publikaciji
Narodna biblioteka Srbije, Beograd

159.947.3

UBOVIĆ, Siniša, 1973-

Afirmacije za Put promene / Siniša Ubović. - Beograd : Leo Commerce,
2013 (Lazarevac : Elvod-print). - 103 str. : ilustr. ; 19 cm. - (#Biblioteka
#Buđenje / [Leo commerce]) - Tiraž 1.000.

ISBN 978-86-7950-231-5

COBISS.SR-ID 195839756