

Lujza L. Hej
♥ ZAHVALNOST ♥

Biblioteka
BUĐENJE

Lujza L. Hej i prijatelji

ZAHVALNOST

način života



Leo commerce,
Beograd 2014

Naziv originala:

Gratitude

Louise L. Hay

Naziv knjige:

ZAHVALNOST

LUJZA L. HEJ

Copyright © 1996 by The Hay Foundation

Copyright © 2014 za Srbiju Leo commerce, Beograd

Sva prava 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:

Nenad Perišić

Prevod:

Ivana Tomić

Lektura i korektura:

Jelena Dimitrijević

Za izdavača:

Nenad i Slađana Perišić

Prelom i korice:

Leo commerce

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:



Novi Sad

021/499-088, 499-461

Tiraž: 1000

ISBN 978-86-7950-278-0

Zahvalna sam svima koji su doprineli ovoj knjizi!

Lujza L. Hej

SADRŽAJ

Uvodna reč Lujze L. Hej11

Saradnici:

- ♥ **Lujza L. Hej:** *Zahvalnost univerzumu*..... 13
- ♥ **dr Džoan Z. Borisenko:** *Hvala Bogu za ono što ne treba da se leči*..... 17
- ♥ **Kerolin A. Braton:** *Razmišljanja o zahvalnosti* 21
- ♥ **Li Kerol:** *Peti*..... 24
- ♥ **Alan Koen:** *Volim svoj zid*..... 29
- ♥ **Li Koit:** *Darovi koje nam nudi zahvalnost*.....33
- ♥ **Tera Katrin Kolins:** *Krug zahvalnosti*..... 38
- ♥ **dr Tom Kosta:** *Zahvalnost – neophodan sastojak života* 40
- ♥ **Šri Daja Mata:** *Reči zahvalnosti* 43
- ♥ **Ejmi E. Din:** *Zahvalnost je svest*..... 46
- ♥ **dr Vejn Dajer:** *Zahvalnost – jedno od čuda života*..... 49
- ♥ **Nikolas Eliopulos:** *Značenje prave zahvalnosti*..... 52
- ♥ **Džejms Jubanks:** *Predivan dizajn života*..... 55
- ♥ **Silvija Fridman:** *Zahvalnost prijaja!*..... 59
- ♥ **Šakti Gavejn:** *Kako da ostanete zahvalni u teškim situacijama*..... 62

♥	Mišel Gold: <i>Zahvalnost je svetište</i>	65
♥	Karen M. Hohi: <i>Zahvalnost vam može ulepšati dan!</i>	70
♥	dr Kristofer Hils: <i>Kako da cenimo zahvalnost</i>	73
♥	Šeron Hafman: <i>Zahvalnost – ključ za srećan, zdrav, uspešan život</i>	78
♥	Lora Arkerer Haksli: <i>Zahvalnost je raj</i>	84
♥	dr Džerald G. Džampolski / Dajen V. Sajrension <i>Ljubav je put kojim idem kroz zahvalnost</i>	87
♥	dr Suzan Džefers: <i>Kako da primetite obilje</i>	90
♥	Jon Šoki Dženson: <i>Budite zahvalni na svemu</i>	93
♥	Elizabet Džonson: <i>Dobro je biti zahvalan</i>	97
♥	Patris Karst: <i>Divni dani</i>	101
♥	Džuli Kin: <i>Blagosiljajte sve!</i>	103
♥	Kimberli Lokvud: <i>Zahvalnost – jedna od najvažnijih životnih lekcija</i>	106
♥	ser Džon Mejson: <i>Toliko blagoslova</i>	109
♥	dr Emet E. Miler: <i>Zahvalnost – stav koji leči</i>	113
♥	Dan Milman: <i>Transcendentalna zahvalnost</i>	117
♥	Meri Margaret Mur: <i>Uronite u zahvalnost</i>	120
♥	velečasna Nensi Forman: <i>Moja Knjiga zahvalnosti</i>	123
♥	Robert Odom: <i>Dar zahvalnosti</i>	126
♥	Danijel T. Peralta: <i>Zahvalnost – prirodni izraz srca punog ljubavi</i>	129
♥	Marša Perkins Rid: <i>Zahvalnost – životni stil</i>	133
♥	Džon Randolf Prajs: <i>Zahvalnost – moćna sila</i>	136

♥	velečasni Majkl C. Ran: <i>Prečica za čudo</i>	139
♥	dr Frenk Rišelje: <i>Zahvalnost i njena sposobnost isceljenja</i>	142
♥	Mari Salem: <i>Hvala ti, Bože!</i>	146
♥	dr Džej Kenedi Šulc: <i>Budite zahvalni u svakoj situaciji</i>	148
♥	dr Ron Skolastiko: <i>Moć zahvalnosti</i>	151
♥	dr Berni S. Zigel: <i>Zahvalnost – stanje uma</i>	155
♥	velečasni Kristijan Sorenson: <i>Kako da gledate očima zahvalnosti</i>	159
♥	dr Hal Stoun i dr Sidra Stoun: <i>Kako se prikazuje zahvalnost</i>	162
♥	dr Šeron Stroud: <i>Zahvalnost kao način postojanja</i>	166
♥	Anđela Pasidomo Traford: <i>Autentičnost nas oslobađa</i>	169
♥	Rama Đ. Vernon: <i>Zahvalnost – nečujna, neizgovorena molitva</i>	173
♥	dr Dorin Vertju: <i>Bezuslovna zahvalnost</i>	177
♥	Stjuart Vajld: <i>Zakoračite u svoje beskrajno unutrašnje biće</i>	182
♥	Margaret Olivija Volfson: <i>Najlepši dan</i>	186
♥	MOLITVA ZAHVALNOSTI LUJZE L. HEJ	191

UVODNA REČ



LJUZE L. HEJ

Veoma mi je drago što ovu posebnu knjigu delim sa svojim prijateljima... i sa celim svetom. Sav prihod od nje-
ne prodaje knjige pripašće mojoj neprofitnoj organizaciji
The Hay Foundation, koja marljivo radi na poboljšanju
kvaliteta života mnogih, uključujući zaražene HIV-om i
žrtve nasilja u porodici.

Nadam se da ćete, dok budete čitali divne i inspirativne
misli na narednim stranama, razmisliti zbog čega treba da
budete zahvalni u *svom* životu.



ZAHVALNOST UNIVERZUMU



LJUZA L. HEJ

Lujza L. Hej je duhovni učitelj i autorka brojnih bestsellera, među kojima su: *Moć je u vama* i *Život! Osvrt na put kojim ste krenuli*. Od samog početka svoje karijere motivacionog govornika 1989. godine pomogla je milionima ljudi da otkriju i ostvare potencijale za lični rast i samoizlečenje. Lujzina dela prevedena su na 29 jezika u 35 zemalja širom sveta. Lujza je osnivač i vlasnik izdavačke kuće *Hay House*, koja objavljuje knjige i diskove sa audio i video zapisima i druge proizvode koji doprinose izlečenju planete.



Primetila sam da univerzum voli zahvalnost. Što ste zahvalniji, dobićete više dobara. Kad kažem dobara, pod tim ne podrazumevam samo materijalna dobra. Mislim na ljude, mesta i iskustva koja život čine vrednim življenja. I sami znate kako je divan osećaj kad vam je život ispunjen ljubavlju, radošću, zdravljem, kreativnošću, kao kad vas uhvati zeleni talas na semaforima ili kad nađete mesto za parking.

Tako treba da živimo! Univerzum je darežljiv, obilno nas daruje i traži da ga cenimo.

Razmislite o tome kako se osećate kad nešto poklanjate prijatelju. Ako se osoba koja prima poklon oneraspoloži ili ako kaže: „Nije moj broj“ ili „Nije moja boja“ ili „Nikad ne koristim tako nešto“ ili „Da li je to sve?“, sigurna sam da takvoj osobi nećete uskoro poželeći da nešto poklonite. Međutim, ako joj oči zaigraju od oduševljenja, ako se obraduje i izrazi vam zahvalnost, kad god budete videli nešto za šta pomislite da bi joj se dopalo, poželećete da joj to poklonite, bez obzira na to da li ste u mogućnosti ili ne.

Zahvalnost rađa zahvalnost. Zahvalnost povećava obilje života. Nedostatak zahvalnosti ili nezadovoljstvo ne donosi mnogo radosti. Ljudi koji se na sve živo žale obično misle da nemaju mnogo dobrog u životu ili da ne uživaju u onome što imaju. Univerzum nam uvek daje ono što verujemo da zaslužujemo. Mnogi od nas vaspitani su tako da se osvrću na ono što nemaju, da osećaju samo oskudicu i da se kasnije pitaju zašto im je život tako prazan. Ako verujemo da „nemamo i da nećemo biti srećni dok ne uradimo to i to“, stavljamo život na čekanje. Univerzum to čuje kao: „Nemam i nisam srećan“ i zato dobijate sve više toga.

Već neko vreme, svaki kompliment i poklon prihvatam uz reči: „Prihvatam s radošću, zadovoljstvom i zahvalnošću.“ Naučila sam da univerzum voli taj izraz i neprekidno dobijam najdivnije poklone.

Kad se probudim ujutro, pre nego što otvorim oči, zahvalim svom krevetu za dobar san. Zahvalna sam za toplotu i udobnost koju mi je pružio. Kad tako započnem dan, lako mi je da se setim mnogih sitnica zbog kojih sam zahvalna.

Pre nego što ustanem iz kreveta, izrazim zahvalnost za 80 ili 100 ljudi, mesta, stvari i iskustava. Sjajan način da započnemo dan!

Uveče, pre spavanja, razmislim o tome kako sam prove-
la dan i zahvalim za sve što sam doživela. Ako sam negde pogrešila, rekla nešto nepromišljeno ili donela pogrešnu odluku, oprostim sebi. Ova vežba me ušuškava i omogućava mi da utonem u san kao srećna beba.

Želimo da budemo zahvalni za lekcije koje smo dobili. Nemojte bežati od lekcija – one su prave dragocenosti koje su nam poslate. Dok učimo iz njih, život nam postaje sve bolji i bolji. Sada se radujem kad god vidim delić svoje tamne strane. Znam da ti delići označavaju moju spremnost da krenem dalje i da se rešim nečega što me je sputavalo. U takvim situacijama kažem: „Hvala ti što si mi ovo pokazao. Sad mogu da se iscelim i da nastavim dalje.“ Dakle, bez obzira na to da li nam je iskrsao problem ili nam se ukazala prilika da sagledamo stari, negativan šablon koga treba da se oslobodimo – radujmo se!

Provedimo što više vremena u izražavanju zahvalnosti za sva dobra koja su nam naišla u životu. Ako trenutno nemate mnogo toga u životu, ne brinite – dobra će se povećati. Ako imate obilje dobrog – imaćete još više. Ništa ne možete izgubiti – možete samo dobiti! Ako ste vi srećni, i univerzum je srećan. Zahvalnost umnožava bogatstvo.

Počnite da vodite dnevnik, u koji ćete zapisivati na čemu treba da budete zahvalni. Svakoga dana ispričajte nekome koliko ste zahvalni zbog nečega. Recite prodavcima, kono-
barima, šalterskim radnicima u pošti, zaposlenima, kolega-

ma, šefovima, prijateljima, članovima porodice i potpunim strancima. Pomozimo da ovaj svet postane zahvalan, ljubazan, nesebičan i otvoren... za svakoga!





LEO

Lavovski časopis za ispunjeniji život

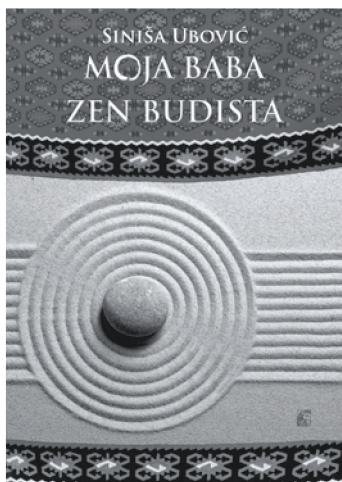
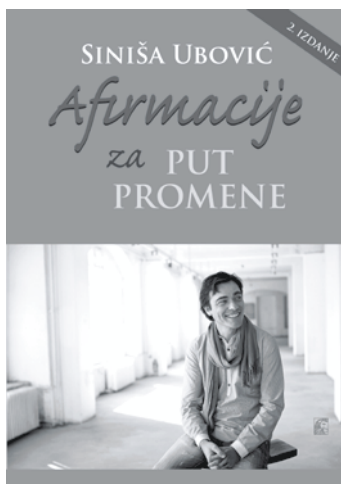
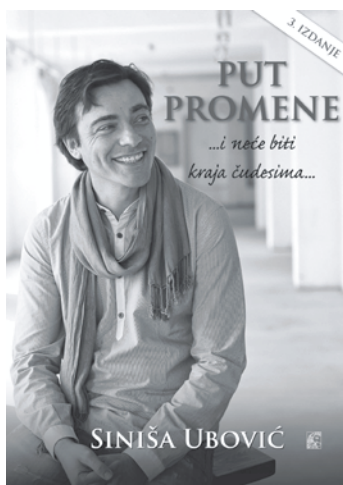
PREUZMITE BESPLATAN
ONLAIN ČASOPIS

*Začinjeno
ljubavlju*



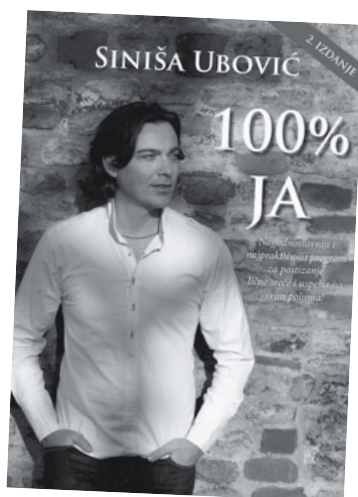
POSETITE SAJT LAVOVSKOG ČASOPISA
ZA ISPUNJENIJI ŽIVOT
www.lavovskicasopis.rs

POTRAŽITE KOD SVOG PRODAVCA KNJIGA



www.leo.rs

POTRAŽITE KOD SVOG PRODAVCA KNJIGA



PRVA OUTLET KNJIŽARA U SRBIJI - LEO COMMERCE

KNJIŽARA RIZNICA KNJIGA

Poručujte željene knjige putem sajta **www.leo.rs** ili nas posećujte direktno u ulici Mihajla Bandura 36 u Zemunu u naselju Plavi horizonti.

Na više od 200 kvm očekuje Vas izbor od 20.000 naslova izdavača iz zemlje i regiona.

Za više informacija pišite nam na info@leo.rs ili pozovite:
011/3752-625; 011/3752-626; 011/3752-627; 063/507-334



LEO RIZNICA

Plasman

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

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

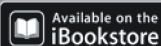
Knjižara "Riznica knjiga br. 5"
Trg srpskih dobrovoljaca 19
0230/29-917 063/517-874
Kikinda

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

Knjižara "Riznica knjiga br. 2"
Mihajla Bandura 36
011/375-2626
063/517-874
Zemun

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

I u svim bolje snabdevenim knjižarama
Vaš Leo commerce



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.html>**

Vaš Leo commerce

CIP - Каталогизација у публикацији
Народна библиотека Србије, Београд

159.947.3(035)

XEJ, Лујза Л., 1926-

Zahvalnost : način života / Lujza L. Hej i prijatelji ; [prevod Ivana Tomić]. -
Beograd : Leo commerce, 2014 (Novi Sad : Sajnos). - 192 str. ; 23 cm. - (Biblioteka
Buđenje)

Prevod dela: Gratitude / Louise L. Hay. - Tiraž 1.000.

ISBN 978-86-7950-278-0

COBISS.SR-ID 204936972