

MOĆ PRAŠTANJA
DŽENIS BOMON

Biblioteka
BUĐENJE



DŽENIS BOMON

MOĆ PRAŠTANJA

**ZAŠTO JE DOBRO DA OPROSTITE
SVOM PRIJATELJU, SVOM ŠEFU,
SVOJOJ PORODICI I SVIMA ONIMA
KOJI SU VAS POVREDILI I IZNEVERILI**

Leo commerce
Beograd, 2013



Naziv originala:
The Power of Forgiveness, Janise Beaumont

Naziv knjige:
Moć praštanja, Dženis Bomon
Copyright © 2009 Janise Beaumont
Copyright © 2013 za Srbiju Leo commerce, Beograd

Urednik:
Slađana Perišić

Prevod:
Milica Simić

Lektura:
Jelena Stošić

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:
Elvod-print, Lazarevac

Tiraž:1000

ISBN 978-86-7950-197-4

SADRŽAJ



Prvi deo:

NEMOJTE DA BESNITE, IZRAVNAJTE RAČUNE

2. Kraljica zloće	13
3. Ili se osvetite ili zaboravite na sve.....	17
4. Ponekad praštanje nađe vas.....	20
5. Kad izgubiš sve	24
6. Nikad više žrtva.....	29
7. Od neverovatnog uspeha u Los Anđelesu	
do pada na samo dno.....	33
8. Prikupljanje komadića	40
9. Praštanje ne može da se odglumi.....	44
10. Da li je osveta ravna doživljavanju orgazma?.....	51

Drugi deo:

ČUDA SE DOGAĐAJU

11. Čuda se događaju!.....	57
12. Oprostiti nekome ne mora da znači da ćete postati najbolji prijatelji.....	59
13. Svi mi imamo neke nedovršene poslove	62
14. Neki ljudi ne mogu da oprostite	65
15. Kad se odlazak na posao pretvori u pakao	68
16. Postati srećan je najbolja osveta	73
17. Završetak ljubavne veze	76
18. Srećan kraj uprkos svemu	79
19. Tajna veza u plakaru	82

Treći deo:

OVO JE ZVANIČNO...

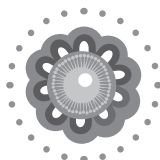
20. Ovo je zvanično: praštanje je dobro za vas	87
21. Početi iznova	92
22. Čovek je stvoren da bude srećan	95
23. Nemojte da ostavite svoju pesmu neispevanu	99
24. Kad neko poželi da ste mrtvi.....	102
25. Pretvarajte se da je sve u redu dok to ne postane istina.....	105
26. Nemojte da se opterećujete sitnicama.....	108
27. Najpoznatiji muškarci koji su uspeli da oprostite	113
28. Oproštaj posle velikih patnji	115
29. Izgubiti u ljubavi a ipak izaći kao pobednik	118
30. Kad vam u ljubavi krene loše, prebolite to!	121

Četvrti deo:

OPROSTITI SEBI

31. Oprostiti sebi je ponekad najteže	127
32. Kad je porodični život nalik bojnom polju.....	134
33. Okušajte sreću – iskoračite iz svoje zone udobnosti	146
34. Jedna u milion žena.....	149
35. Život bez želje za osvetom	152
36. Uslovno praštanje	155
37. Praštajte čak i kad vas to veoma boli.....	157
38. Najzad radost!	163
39. Dijeta za praštanje.....	175

1.



NEMOJTE DA BESNITE, IZRAVNAJTE RAČUNE

Čini mi se da mržnja ima dosta sličnosti s heroinom, iako ga nikada nisam probala. Oboje čine da se neko vreme osećate odlično, a onda počinju da vas izjedaju iznutra. S vremenom šanse da se razvijete do svog punog potencijala počinju da bivaju sve manje. Ono što je smešno je to što, dok nastavljate da se ljutite na nekoga i da ga prezirete još dugo pošto se nemili događaj odigrao, recimo kao onda kada su vam drug ili drugarica preoteli glavnu ulogu u školskoj predstavi *Briljantin*, vi tako samo povređujete sebe, dok kučka koja je igrala Sendi ili šmokljan koji je zablistao kao Deni verovatno uživaju u životu mnogo više od vas.

Velika je čarolija naučiti praštati. Zato se uključite u ovaj program i naučite da blagosiljate prijatelja koji vas je naterao da jastukom prigušujete jecaje onda kad vam je pre mnogo godina preoteo trenutak slave.

Ovo uopšte nije lak zadatak, pogotovu ako ste nalik meni, koja bih mogla kao od šale da osvojim zlatnu medalju na olimpijskim igrama samo da je mržnja jedna od takmičarskih disciplina. Kad sam bila mlađa, imala sam odličnog učitelja mržnje – Amandu. Ona me je naučila da će, „ako dovoljno dugo čekaš, doći i tvojih pet minuta“, što znači da će se mogućnost da se osvetiš svakako ukazati i osveta će biti podjednako slatka čak i posle nekoliko godina. „Strpljenje je suština karme“, objasnila mi je Amanda, koja nikako nije bila pristalica ideje da osvetoljubivost treba s vremenom da oslabi da ne bi došlo do toga da zbog nje zapostaviš sopstveni život. Nijednog trenutka ne treba da prestaneš da žudiš za sjajnom mogućnošću da s nekim izravnaš račune, smatrala je ona.

Ja sam ovaj nauk podigla na još viši nivo, na duhovnu ravan gotovo, i moja mantra je postala: *Najpre izravnaj račune,*

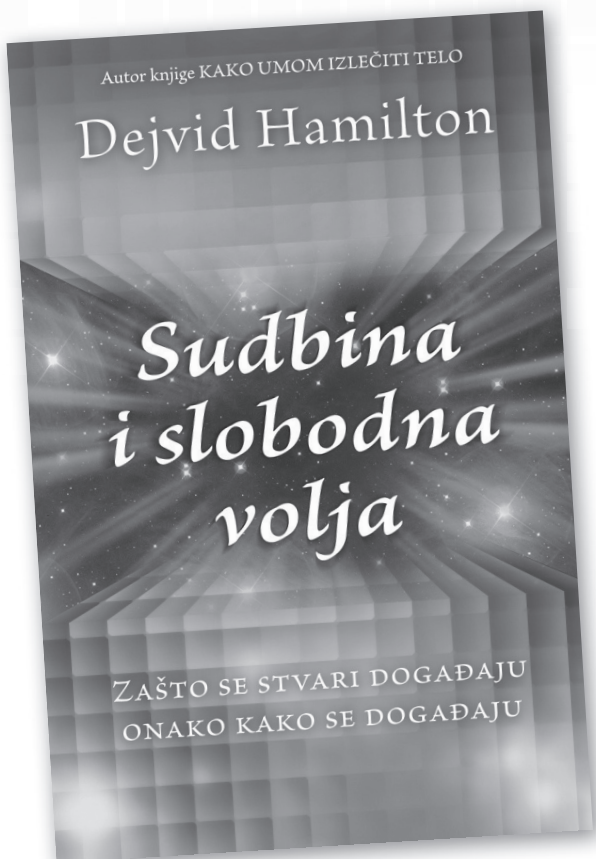
pa tek onda praštaj. Tako sam se našla u zoni u kojoj mi je bilo mnogo jednostavnije da oprostim dečku što me je prevario ako se najpre uvučem u njegov stan i odsečem rukave na njegovom novom odelu marke Hjugobos. Prvo se zaokupim radom makazama, a *onda* se suočim sa strašnom reči koja počinje na slovo *p*.



*Moja mantra
je postala:
Najpre izrav-
naj račune,
pa tek onda
praštaj.*

Ovo još nisam nikome rekla, ali jednom je postojao jedan mladić s kojim sam se viđala nekoliko meseci i onda mi se smučio zbog načina na koji se ponašao prema ženama, kao da su tek nešto više od barbike. Kad smo se razišli, molila sam se da ga naredna devojka otkači onako kao što je on otkačio mene jer bi to za mene bila zadovoljavajuća osveta. Ali kad se to zaista dogodilo, uživala sam u toj vesti otprilike nešto malo duže od delića sekunde, a onda sam se osetila nekako praznom. Ipak, Bog mi je svedok da nikada nisam otišla toliko daleko da unajmim profesionalca da smrska koleno nekom mom bivšem ljubavniku ili šefu koji se ogrešio o mene, kao što se to dešava u holivudskim filmovima. U mojim mislima nikada nije bilo mesta za plan koji bi mogao da se završi tragično. Bila sam uglavnom pasivno-agresivna osvetoljubiva princeza.

Jednom mi je jedna školska drugarica rekla: „Momci se nikada ne dure jedni na druge onoliko dugo koliko se dure devojke. To je jedna od njihovih jačih strana“. Ovaj njen komentar me je duboko pogodio zato što mi je omogućio da prvi put shvatim da je praštati i nastaviti svoj život ono što nas istinski oslobađa. Muškarci se pomire, zaborave na celu stvar i ubrzo nastave da se zajedno dobro zabavljaju, a žene, kad se posvađaju, neprestano misle na osvetu. Pitam se samo ko je tu pametniji!



SUDBINA I SLOBODNA VOLJA

– Devid Hamilton

U ovoj inovativnoj knjizi, dr Devid Hamilton nam otkriva naučne dokaze koji pokazuju:

- na koji način planete i zvezde, svojim magnetskim privlačenjem i simbolički, utiču na naš život;
- kako svojom slobodnom voljom možemo da nadvladamo svoje genetsko nasleđe;
- da mi sami pre nego što se rodimo biramo u kojim okolnostima će se odvijati naš život.

KAKO UMOM IZLEČITI TELO – Devid Hamilton

Veza koja postoji između uma i tela je bliska, dinamična i često predstavlja korisno oruđe ako želite da preuzmete kontrolu nad svojim životom i svojim težnjama. Moć misli je tolika da može da dovede do transformacije na veoma dubokom nivou, a pogotovu kad se radi o njihovom neverovatnom uticaju na zdravlje. To je tema koja je detaljno objašnjena na stranicama ove knjige. U ovoj upečatljivoj knjizi vrhunskog naučnika Dejvida Hamiltona istražuje se uticaj vizualizacije, uverenja i pozitivnog mišljenja na naše telo. Videćete kako se nauka i verovanje mogu spojiti tako da možete da iscelite sebe efikasnije nego ikada pre!



**POTRAŽITE KOD VAŠEG PRODAVCA KNJIGA
ILI NAS POSETITE NA
www.leo.rs**

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



СIP - Каталогизација у публикацији
Народна библиотека Србије, Београд

159.947.3

БОМОН, Денис

Моћ праштања : зашто је добро да опростите свом пријатељу, свом шефу, својој породици и свима онима који су вас повредили и изневерили / Дзенис Бомон ; [превод Милица Симић]. - Београд : Leo Commerce, 2012 (Lazarevac : Elvod-print). - 182 стр. ; 23 см. - (#Biblioteka #Буђење)

Prevod dela: The Power of Forgiveness / Janise Beaumont.
- Tiraž 1.000.

ISBN 978-86-7950-197-4
COBISS.SR-ID 194647052