



Šalji ljubav, širi ljubav, pa živi ljubav

 @ekapremashakti

 www.ekapremashakti.com



Pisac
Eka Prema Shakti

Urednik
Sri Hari Das

© PROMETEJ , Novi Sad, na ovo izdanje

Ova publikacija u celini ili u delovima ne sme se umnožavati, prešampavati ili prenositi u bilo kojoj formi ili bilo kojim sredstvom, bez dozvole nosioca autorskih prava, niti može biti na bilo koji drugi način ili bilo kojim drugim sredstvima distribuirana ili umnožavana bez odobrenja autora. Sva prava za objavljivanje ove knjige zadržava nosioc autorskog prava, po odredbama Zakona o autorskim pravima.

ISBN-978-86-515-1961-4

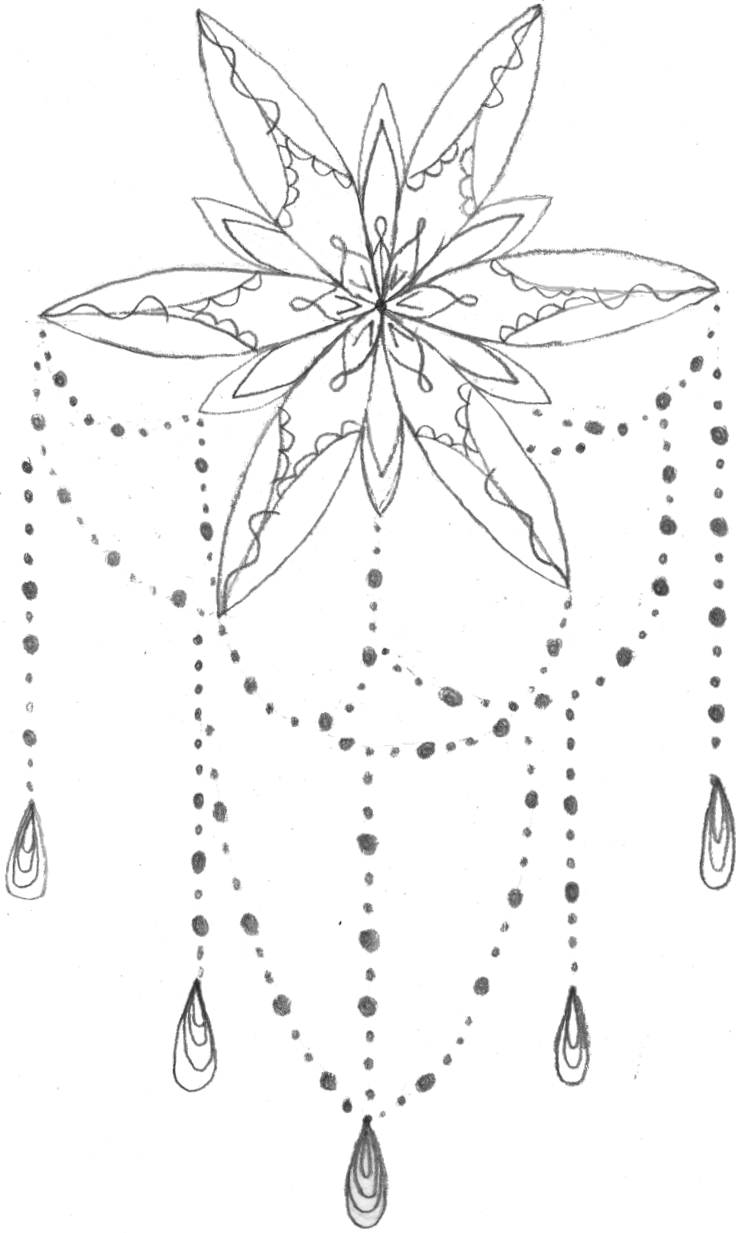


Eka Prema Shakti

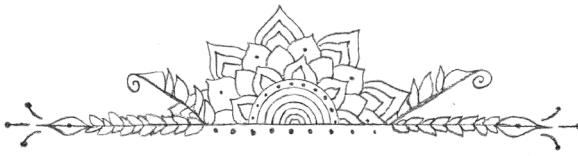
**VRATI
SE
SEBI**



PROMETEJ
Novi Sad



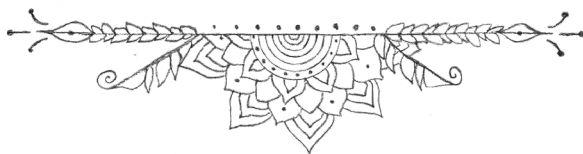
*Ovu knjigu posvećujem svima
vama koji tragate za sobom*

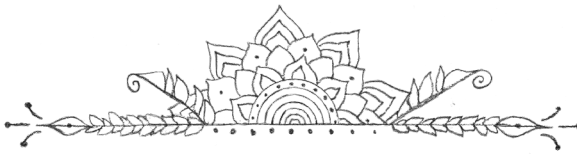


Sadržaj

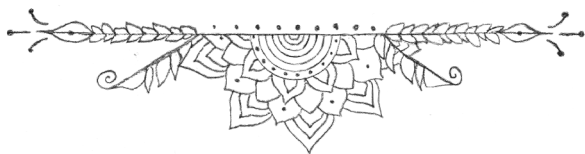
Uvod	11
Prošlost koja zaslužuje mir	16
Prihvatanje odgovornosti	23
Odluka za srećom	31
(Ne) vreme	35
Lupanje po glavi	37
Društvene norme	39
Poveruj životu	41
Meditacija i zahvalnost	49
Šta je meditacija?	49
Zahvalnost	51
Svrha	55
EGO	61
To sam što sam i neka sam	70
Univerzalna ljubav	79

Šta je univerzalna ljubav?	80
Voleti sebe	83
Kako zavoleti sebe?	86
Ljubav između nas i partnera	93
Ljubav između nas, porodice i prijatelja	101
Put kojim treba ići	105
Prihvatam neprihvatljivo	111
Smeh nije greh	119
Uživam da ne radim ništa	124
Oprosti im zbog sebe	133
Oprosti porodici	139
Oprosti čovečanstvu	140
Oprosti sebi, jer to zaslužuješ	147
Manifestovanje	153
Kako manifestovati?	155
Nešto „konkretno“	162
Jutarnji rituali	165
15 minuta pisanja	168





<i>15-30 minuta meditacije</i>	169
<i>15 minuta istezanja ili joge</i>	170
<i>15 minuta čitanja knjige</i>	171
<i>Završetak ili početak</i>	175
<i>Zahvalnica</i>	181





VOLI SEBE



Uvod

Upoznaj svoju dušu i prepusti se lepoti života

Sve što zamislimo možemo i ostvariti. Ne tako davno, i ja sam tražila svoj put. Bio je to proces koji je zahtevao vreme, ali su mi se od samog njegovog početka otvarala potrebna vrata, a zatvarala ona nepotrebna. Došla sam na ideju da prenesem svoje znanje sa tog opasnog, ali pravog puta.

Opasan, jer jednom kada počnemo upoznavati sebe nema nazad. Možemo ići samo tamo gde treba da budemo i tamo gde je sreća. Želela sam da prenesem svoja iskustva kroz ovu knjigu, kao dokaz da je sve moguće i ohrabriti sve kojima je to potrebno. Kada sam zavirila u sebe, upoznala sam ljude koji su mi pokazali svojim primerom da je put kojim želim ići ispravan i moguć. Nadam se da ću i ja deljenjem svojih iskustava ohrabriti sve koji žele bilo kakvu promenu.

Sigurna sam da vaš put neće biti isti kao moj, ali to i jeste lepota sveta - različitost. Kada svi doživimo tu lepotu i shvatimo da je suština svega ljubav, pomagaćemo jedni drugima. Zamislite samo svet sa svim tim podeljenim iskustvima -

ulazimo u eru sreće, gde jedni druge podržavamo, ohrabrujemo i učimo lepoti života.

Ne, nije slučajno što sada držiš baš ovu knjigu u ruci. Tvoj put je drugačiji od mog, ali lekcije koje se nalaze u ovoj knjizi su univerzalna suština svake promene na putu ljubavi. Kada naučimo da volimo sebe i čitav svet, uživaćemo u sreći samog postojanja.

Nije važno u kakvoj se situaciji nalaziš, promena je uvek moguća i istinita.

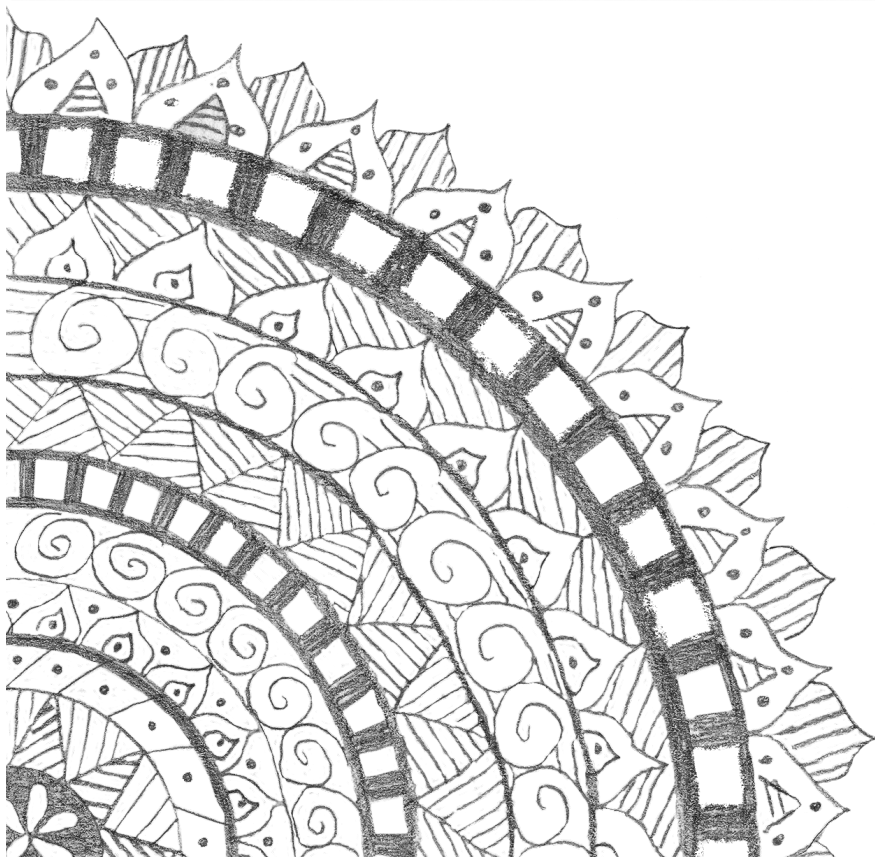
Hajde da napokon poverujemo u višu svrhu ljudskih života. Hajde da poverujemo u put predodređen za svakog od nas. Hajde da se prepustimo lepoti srećnog života.

Zavoli sebe, a volim te i ja.

Eka Prema Shakti

I deo

*Bila sam sve što sam mogla biti,
i dobra i loša,*





*a zbog svega
toga sam danas svoja.*