



MILOŠ ĆOSIĆ · MENTOR I LIFE COACH



MANIFEST

Sva moć je u vama

Ne tražite savršenstvo. Tražite cjelovitost.

FILOZOFIJA LIČNE SNAGE, SVJESNOSTI I IZBORA



Moć koju tražite već postoji u vama

Ne dolazimo na ovaj svijet prazni, slabi ili nedovršeni. U nama već postoji sposobnost da mislimo drugačije, da biramo svjesnije i da stvaramo život koji je usklađen sa onim što zaista jesmo.

Promjena ne počinje borbom sa sobom.

Počinje razumijevanjem sebe.

Počinje izborom.

Ovaj manifest je poziv da prestanemo tražiti potvrdu vlastite vrijednosti izvan sebe. Da prepoznamo da uvjerenja nisu naš identitet, da prošlost nije presuda i da jedan svjestan izbor može postati početak potpuno novog pravca.



Identitet nije zatvor

01 **Uvjerenja nisu identitet**

Mnogo toga što mislimo o sebi nastalo je ponavljanjem, iskustvom i tuđim očekivanjima. Uvjerenje može biti duboko ukorijenjeno, ali ono nije konačna istina o nama. Kada ga osvijestimo, možemo ga preispitati i izabrati misao koja nas podržava.

02 **Prošlost objašnjava, ali ne određuje**

Ono što nam se dogodilo može objasniti naše strahove, navike i reakcije. Ali prošlost nema pravo da odlučuje umjesto nas danas. Svaki trenutak u kojem postajemo svjesni predstavlja novu tačku izbora.



Cjelovitost prije savršenstva

03 Prihvatam cijelog sebe

Cjelovitost znači da ne odbacujem svoje slabosti, strahove ni najmračnije dijelove sebe. Posmatram ih bez osude, razumijem njihovu poruku i prihvatam ih kao dio svog iskustva. Tek tada mogu slobodno odlučiti koji dio sebe želim da izražavam.

04 Moć se nalazi u izboru

Ne možemo kontrolisati sve događaje, ljude ni okolnosti. Ali možemo učiti da bismo odnos prema njima. U prostoru između podražaja i reakcije nalazi se naša sloboda: da zastanemo, vidimo jasnije i postupimo u skladu sa svojim vrijednostima.



Trajna promjena raste iznutra

05 Nova misao postaje novi život

Navike nastaju ponavljanjem i emotivnim vezivanjem za određenu ideju. Na isti način se i mijenjaju. Promjena nije jedan veliki trenutak, već niz malih, svjesnih izbora kojima svaki dan učvršćujemo novi način razmišljanja i djelovanja.

Ne tražim kratkotrajno oduševljenje.

Biram duboku priču koja stvara trajnu promjenu.

Svjesnost se ne dokazuje velikim riječima. Ona se vidi u malim izborima: u načinu na koji razgovaramo sa sobom, u granicama koje postavljamo, u hrabrosti da kažemo istinu i u spremnosti da ponovo pokušamo.



MOJA LIČNA DEKLARACIJA

Sva moć je u meni

- Prihvatam sebe u cjelini - bez skrivanja, umanjivanja i osude.
- Moja uvjerenja nisu moj identitet. Mogu ih preispitati i mijenjati.
- Moja prošlost je dio moje priče, ali nije granica moje budućnosti.
- Ne čekam savršen trenutak. Biram svjestan korak koji mogu napraviti danas.
- Preuzimam odgovornost za svoje misli, izbore i pravac u kojem idem.
- Vjerujem da snaga za promjenu već postoji u meni.

**Ne tražim moć izvan sebe.
Ja je prepoznajem u sebi.**