



Magični Water Detox

Sanja Vuksanović
Life Coach



Magični Water Detox

RECEPT

- Ne volim sebe.
- Ne zaslužujem ljubav. Ne vjerujem da će me iko ikada voljeti.
- Ja sam nesposoban / a i ne vjerujem sebi.
- Uspjeh je za mene nemoguć.
- Nisam dovoljno dobar / a.
- Ne zaslužujem obilje.
- Život me ne voli, uvijek me kažnjava.
- Kada tražim pomoć, pomoć ne dobijem.
- Ne snalazim se dobro.
- Ništa mi ne ide od ruke, osjećam se kao promašaj.
- Ja sam perfekcionista i sve mora da bude apsolutno savršeno.
- Samokritična sam i osuđujem sebe i druge.
- Ništa nije dobro i neće biti bolje.





Magični Water Detox je vježba koja će vam pomoći da se oslobodite lošeg osjećaja, pomoći će vam da se osjećate bolje, jer ćete se osloboditi misli koje vam nisu korisne, koje čine da se vi osjećate loše, jer kroz dan, sedmicu, mjesec pa i cijeli život sa sobom vučete pun kofer nimalo dobrog za vas. Sa sobom vučete kofer pun stvari koje vas iscrpljuju, koje troše vašu energiju, uskraćuju vam kreativnost i uspjeh.

Ovu vježbu, Magični Water Detox, možete raditi kada god želite, svaki dan, u bilo koje vrijeme, kada jednostavno osjetite potrebu da se trebate osloboditi tereta koji je sve veći i veći, koji vas guši.





Uzmite vašu omiljenu čašu iz koje volite da pijete vodu. U čašu naspite vodu. Kada ste to uradili, iskoristite moć vaše mašte, moć vizualizacije.

Uzmite čašu u ruku i zamislite kako ste u nju stavili sve sastojke recepta potrebne za Magičan Water Detox. Kada ste u čašu stavili sve potrebne sastojke, vodu iz čaše polagano prospite (u odvod, umivaonik, sudoper i sl.). Dok polagano prosipate vodu, osjetite lakoću u vašem tijelu, osjetite kako vaše tijelo postaje lakše i lakše, a težina tijela nestaje.

Primijetite kako se osjećate bolje, primijetite kako se vaš um opušta i stvara prostor za nove korisne misli.

Kada ste to uradili, natočite vodu u vašu divnu čašu, i napijte se vode, osvježite sebe, svoje tijelo i um, i rasterećeni kročite kroz dan, kroz vaš život.



O MENI

Moje ime je Sanja. Ja sam life coach. Rođena sam u oktobru 1981. godine. Živim u Zenici, gdje sam i rođena. Također sam supruga divnom čovjeku sa kojim putujem kroz avanturu života nekoliko godina.

Moji omiljeni citati su:

“Ako možete duboko da vjerujete u nešto, možete to i da ostvarite.”

Wayne Dyer

“Ako nešto dovoljno jako želite, cijeli Univerzum se uroti da vam se želja ispuni.”

Paulo Coelho

Ovi citati su mi veoma dragi i omiljeni su mi jer predstavljaju moju istinu i moj život, jer moja želja mene kao male djevojčice se ostvarila. Moja želja je bila da pomažem ljudima kao diplomirana pravica. Ta želja se u meni probudila zbog određene situacije koja se desila u preduzeću u kojem je radio moj tata. U meni se utkala želja da pomažem svim ljudima koji nisu znali kako da ostvare svoja prava koja im pripadaju, ljudima kojima su prava bila uskraćena, ljudima koji nisu znali kome da se obrate za pomoć, da naprave prvi korak.

Moja želja me vodila do mog cilja, do moje misije - da pomognem što većem broju ljudi, da im olakšam život, da budu sretniji i radosniji. Završila sam Pravni fakultet Univerziteta Sarajevo. A Opću gimnaziju završila sam u mom rodnom gradu. Moju misiju obavljam kao diplomirana pravica.

Moju misiju obavljam i kao life coach. Misiju ostvarujem kroz profesiju koja je veoma plemenita. Kroz profesiju life coach-a živi želja i misija djevojčice Sanje da pomaže ljudima, samo ovdje na drugačiji način.

Moja vizija i moja misija je da pomognem ljudima da imaju kvalitetan život, ispunjen život prožet srećom, zadovoljstvom i radošću, da ostvare svoje želje, snove, ciljeve, da im budem podrška.



Vjerovala sam da mogu pomagati ljudima, i to se i ostvarilo, jer kada vjeruješ to se i ostvari, a kada ne vjeruješ ništa se i ne dešava.

Vjerovala sam i vrijedno, posvećeno sam radila, pohađala sam edukacije, programe na kojima sam usvajala znanja i vještine koje su potrebne life coach-u u profesionalnom radu. Kroz programe i edukacije koje sam pohađala učila sam tehnike, metode i vještine koje su u svom radu primjenjivali, a primjenjuju ih i sada veliki učitelji, svjetski mentori Louisa Hay, Wayne Dyer, Tom Best, Tony Robbins, Robert Dilts.

PROGRAMI I EDUKACIJE KOJE SAM POHAĐALA

Professional Coaching - Coaching Akademija Slavice Squire
NLP Practitioner - NLP Institut Slavice Squire
Program za unapređenje karijere - sa Slavicom Squire
Flow Summit 2021 - online KONGRES Younity Croatia
PLP - Program ličnog prosperiteta sa Slavicom Squire
Program / Trenin Uspjeh i prosperitet - Siniša Ubović
Program Izgradite samopoštovanje - sa Slavicom Squire
Program Master Manifestator - sa Tamarom Baroš
Usudite se da živite ispunjeno - sa Slavicom Squire
Self Love Program - sa Tamarom Baroš

