

The background is a dark navy blue. It is decorated with stylized botanical elements. There are several branches with leaves. Some leaves are a vibrant red with small white dots, while others are a deep blue with white outlines. A large, solid red circle is positioned in the center of the image, serving as a backdrop for the title text.

# Dnevnik ljubavi i sreće

Sanja Vuksanović  
Life Coach



# Dnevnik ljubavi i sreće

Ponosni vlasnik / ca Dnevnika ljubavi i sreće:

-----  
(Ime i prezime)





## Šta je Dnevnik ljubavi i sreće?

Dnevnik ljubavi i sreće je staza koja te vodi ka tvojoj sreći i ljubavi koja je već prisutna u tvom životu. Ovaj divni Dnevnik će ti pomoći da osvijestiš sve lijepe stvari u jednom danu, svoje uspjehe i sve ono na čemu možeš biti zahvalan / a. Ovaj Dnevnik će ti pomoći i da očima ljubavi prihvatiš sebe, da voliš sebe, također osobe koje su u tvom životu.

Osmislila sam ovaj Dnevnik za tebe, sa pažljivo odabranim pitanjima, kako bih bila tvoja podrška na putu kreiranja kvalitetnijeg, ispunjenog, boljeg i sretnijeg života.

Većina ljudi je programirana da primjećuje nedostatke, svoje i tuđe, ono što nemaju, što im smeta i nervira. I misle da je nemoguće da bude drugačije, da im život nikada neće biti bolji. Ali moguće je, i život će biti drugačiji, samo mora da se na tome poradi, jer ništa se samo od sebe neće desiti

Ovaj Dnevnik će ti pomoći da svoju pažnju makneš sa onog što ti nedostaje i što ti smeta, i da svoju pažnju usmjeriš na dobre stvari koje imaš u životu, na ljude koje imaš u životu, i da pažnju usmjeriš na sebe.





Ako nisi sretan / a zbog svega onoga što imaš, zbog onoga tko je si, nikada ti ničega neće biti dovoljno, nećeš voljeti sebe, niti prihvatiti. Zadovoljno i zahvalno srce u svoj život poziva i privlači dobre stvari, dobre ljude, dobre odnose, dobre situacije i ljubav.

Tvoje misli su kao sjeme, a tvoj um je kao plodna zemlja, a na kraju život je plod tvojih misli. Tvoje misli utiču na tvoje emocije, pa diktiraju kako ćeš se osjećati. Pažljivo biraj svoje misli, jer one utiču na tvoj samogovor. Mnogo puta se osjećaš loše jer nisi blag / a prema sebi, sebi govoriš nimalo lijepe riječi, ne prihvataš sebe i ne voliš sebe. Dnevnik ljubavi i sreće će ti pomoći da voliš sebe, da unutar svog bica probudiš ljubav prema sebi, i prema drugima.



## Uputa za vođenje Dnevnika

Dnevnik ljubavi i sreće nije običan dnevnik. Ovo je Dnevnik tvoje ljubavi i tvoje sreće. Dnevnik te vodi ka stvaranju kvalitetnog i sretnog života ispunjenog sa zahvalnošću i radosti.

U Dnevniku se nalazi nekoliko pitanja. Odgovore piši sa olovkom u ruci jer postoji moćna veza između uma i ruke, veza koja je magična jer stvara novo iskustvo. Dnevnik ima 21 radni list. To nije slučajno. Naučno je dokazano da se za 21 dan stvaraju nove navike i to je vrijeme koje je potrebno za reprogramiranje pažnje odnosno fokusa.

Preporučujem da Dnevnik pišeš uvečer jer će se u tebi kreirati pozitivna energija, energija zadovoljstva, zahvalnosti i ispunjenosti, i lakše ćeš utonuti u san. Ako ne stigneš uvečer da pišeš, uredi je. To učini odmah naredno jutro, jer tako nećeš gubiti na kontinuitetu rada i bit ćeš zadovoljniji /a.

U pisanju Dnevnika ljubavi i sreće možeš uključiti svoga partnera, svoju partnerku, muža, suprugu, djecu, svoje najmilije, jer će na taj način i oni steći korisnu naviku, a zajedno ćete učestvovati u kreiranju sretnijeg života ispunjenog ljubavi.





Sada ću ti napisati pitanja i primjere za odgovore, ali ti ćeš pisati svoje odgovore, a ne moje primjere.

Na koji način si danas sebi poklonio / poklonila ljubav? Kako si sebi danas pokazao / pokazala ljubav?

(Da li si sebi napravio / napravila kafu da popiješ u miru i tišini? Da li si jutros kada si se pogledao / pogledala u ogledalo kazao /kazala kako imaš divne oči? Da li si otišao /otišla u šetnju, ili u vožnju biciklom? Da li si meditirao /meditirala?

Slušao / slušala muziku? Ili si sebe počastio /počastila omiljenim kolačem ili voćnom salatom? Napomena: Ovo su samo primjeri. Ti ćeš pisati kako si ti sebi pokazao /pokazala ljubav.)

Kako si danas pokazao / pokazala ljubav drugima?

(Da li si rekao / rekla partnerki, partneru hvala što je napravio /napravila divan ručak? Da li si zagrlio / zagrlila dijete jer ti je donijelo čašu vode? Da li si se od srca zahvalio /zahvalila prodavačici u zelenari jer ti je dopustila da sam /sama biraš voće i povrće. Napomena: Ovo su samo primjeri. Ti ćeš pisati kako si pokazao / pokazala ljubav drugima.)





*Kako se danas osjećaš?*

*Na čemu si danas zahvalan / zahvalna?*

*Na šta danas mogu da budem ponosan /ponosna ?*

*(Na neki gest koji si napravio /napravila? Na uspjeh - obiteljski, poslovni, lični?  
Napravio / napravila si odlične kolače ?Popravio /popravila si policu? Ovo su  
samo primjeri. Ti ćeš pisati ono na šta ti možeš biti ponosan / ponosna.)*

*O srca ti želim da istraješ u pisanju Dnevnika ljubavi i sreće.*



1. Dan

Datum \_\_\_\_\_

Na koji način si danas sebi poklonio / poklonila ljubav? Kako si sebi danas pokazao / pokazala ljubav?

---

---

Kako si danas pokazao / pokazala ljubav drugima?

---

---

Kako se danas osjećaš?

---

---

Na čemu si danas zahvalan / zahvalna?

---

---

Na šta danas mogu da budem ponosan /ponosna ?

---

---





## 2.Dan

Datum \_\_\_\_\_

Na koji način si danas sebi poklonio / poklonila ljubav? Kako si sebi danas pokazao / pokazala ljubav?

---

---

Kako si danas pokazao / pokazala ljubav drugima?

---

---

Kako se danas osjećaš?

---

---

Na čemu si danas zahvalan / zahvalna?

---

---

Na šta danas mogu da budem ponosan /ponosna ?

---

---



3. Dan

Datum \_\_\_\_\_

Na koji način si danas sebi poklonio / poklonila ljubav? Kako si sebi danas pokazao / pokazala ljubav?

---

---

Kako si danas pokazao / pokazala ljubav drugima?

---

---

Kako se danas osjećaš?

---

---

Na čemu si danas zahvalan / zahvalna?

---

---

Na šta danas mogu da budem ponosan /ponosna ?

---

---



## 4.Dan

Datum \_\_\_\_\_

Na koji način si danas sebi poklonio / poklonila ljubav? Kako si sebi danas pokazao / pokazala ljubav?

---

---

Kako si danas pokazao / pokazala ljubav drugima?

---

---

Kako se danas osjećaš?

---

---

Na čemu si danas zahvalan / zahvalna?

---

---

Na šta danas mogu da budem ponosan /ponosna ?

---

---



## 5. Dan

Datum \_\_\_\_\_

Na koji način si danas sebi poklonio / poklonila ljubav? Kako si sebi danas pokazao / pokazala ljubav?

---

---

Kako si danas pokazao / pokazala ljubav drugima?

---

---

Kako se danas osjećaš?

---

---

Na čemu si danas zahvalan / zahvalna?

---

---

Na šta danas mogu da budem ponosan /ponosna ?

---

---



## 6. Dan

Datum \_\_\_\_\_

Na koji način si danas sebi poklonio / poklonila ljubav? Kako si sebi danas pokazao / pokazala ljubav?

---

---

Kako si danas pokazao / pokazala ljubav drugima?

---

---

Kako se danas osjećaš?

---

---

Na čemu si danas zahvalan / zahvalna?

---

---

Na šta danas mogu da budem ponosan /ponosna ?

---

---



7. Dan

Datum \_\_\_\_\_

Na koji način si danas sebi poklonio / poklonila ljubav? Kako si sebi danas pokazao / pokazala ljubav?

---

---

Kako si danas pokazao / pokazala ljubav drugima?

---

---

Kako se danas osjećaš?

---

---

Na čemu si danas zahvalan / zahvalna?

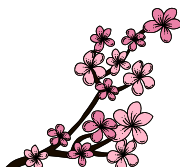
---

---

Na šta danas mogu da budem ponosan /ponosna ?

---

---



## 8. Dan

Datum \_\_\_\_\_

Na koji način si danas sebi poklonio / poklonila ljubav? Kako si sebi danas pokazao / pokazala ljubav?

---

---

Kako si danas pokazao / pokazala ljubav drugima?

---

---

Kako se danas osjećaš?

---

---

Na čemu si danas zahvalan / zahvalna?

---

---

Na šta danas mogu da budem ponosan /ponosna ?

---

---



## 9. Dan

Datum \_\_\_\_\_

Na koji način si danas sebi poklonio / poklonila ljubav? Kako si sebi danas pokazao / pokazala ljubav?

---

---

Kako si danas pokazao / pokazala ljubav drugima?

---

---

Kako se danas osjećaš?

---

---

Na čemu si danas zahvalan / zahvalna?

---

---

Na šta danas mogu da budem ponosan /ponosna ?

---

---





# 10. Dan

Datum \_\_\_\_\_

Na koji način si danas sebi poklonio / poklonila ljubav? Kako si sebi danas pokazao / pokazala ljubav?

---

---

Kako si danas pokazao / pokazala ljubav drugima?

---

---

Kako se danas osjećaš?

---

---

Na čemu si danas zahvalan / zahvalna?

---

---

Na šta danas mogu da budem ponosan /ponosna ?

---

---



11. Dan

Datum \_\_\_\_\_

Na koji način si danas sebi poklonio / poklonila ljubav? Kako si sebi danas pokazao / pokazala ljubav?

---

---

Kako si danas pokazao / pokazala ljubav drugima?

---

---

Kako se danas osjećaš?

---

---

Na čemu si danas zahvalan / zahvalna?

---

---

Na šta danas mogu da budem ponosan /ponosna ?

---

---



12. Dan

Datum \_\_\_\_\_

Na koji način si danas sebi poklonio / poklonila ljubav? Kako si sebi danas pokazao / pokazala ljubav?

---

---

Kako si danas pokazao / pokazala ljubav drugima?

---

---

Kako se danas osjećaš?

---

---

Na čemu si danas zahvalan / zahvalna?

---

---

Na šta danas mogu da budem ponosan /ponosna ?

---

---



13. Dan

Datum \_\_\_\_\_

Na koji način si danas sebi poklonio / poklonila ljubav? Kako si sebi danas pokazao / pokazala ljubav?

---

---

Kako si danas pokazao / pokazala ljubav drugima?

---

---

Kako se danas osjećaš?

---

---

Na čemu si danas zahvalan / zahvalna?

---

---

Na šta danas mogu da budem ponosan /ponosna ?

---

---



14. Dan

Datum \_\_\_\_\_

Na koji način si danas sebi poklonio / poklonila ljubav? Kako si sebi danas pokazao / pokazala ljubav?

---

---

Kako si danas pokazao / pokazala ljubav drugima?

---

---

Kako se danas osjećaš?

---

---

Na čemu si danas zahvalan / zahvalna?

---

---

Na šta danas mogu da budem ponosan /ponosna ?

---

---



15. Dan

Datum \_\_\_\_\_

Na koji način si danas sebi poklonio / poklonila ljubav? Kako si sebi danas pokazao / pokazala ljubav?

---

---

Kako si danas pokazao / pokazala ljubav drugima?

---

---

Kako se danas osjećaš?

---

---

Na čemu si danas zahvalan / zahvalna?

---

---

Na šta danas mogu da budem ponosan /ponosna ?

---

---



16. Dan

Datum \_\_\_\_\_

Na koji način si danas sebi poklonio / poklonila ljubav? Kako si sebi danas pokazao / pokazala ljubav?

---

---

Kako si danas pokazao / pokazala ljubav drugima?

---

---

Kako se danas osjećaš?

---

---

Na čemu si danas zahvalan / zahvalna?

---

---

Na šta danas mogu da budem ponosan /ponosna ?

---

---



17. Dan

Datum \_\_\_\_\_

Na koji način si danas sebi poklonio / poklonila ljubav? Kako si sebi danas pokazao / pokazala ljubav?

---

---

Kako si danas pokazao / pokazala ljubav drugima?

---

---

Kako se danas osjećaš?

---

---

Na čemu si danas zahvalan / zahvalna?

---

---

Na šta danas mogu da budem ponosan /ponosna ?

---

---





# 18. Dan

Datum \_\_\_\_\_

Na koji način si danas sebi poklonio / poklonila ljubav? Kako si sebi danas pokazao / pokazala ljubav?

---

---

Kako si danas pokazao / pokazala ljubav drugima?

---

---

Kako se danas osjećaš?

---

---

Na čemu si danas zahvalan / zahvalna?

---

---

Na šta danas mogu da budem ponosan /ponosna ?

---

---



19. Dan

Datum \_\_\_\_\_

Na koji način si danas sebi poklonio / poklonila ljubav? Kako si sebi danas pokazao / pokazala ljubav?

---

---

Kako si danas pokazao / pokazala ljubav drugima?

---

---

Kako se danas osjećaš?

---

---

Na čemu si danas zahvalan / zahvalna?

---

---

Na šta danas mogu da budem ponosan /ponosna ?

---

---



# 20. Dan

Datum \_\_\_\_\_

Na koji način si danas sebi poklonio / poklonila ljubav? Kako si sebi danas pokazao / pokazala ljubav?

---

---

Kako si danas pokazao / pokazala ljubav drugima?

---

---

Kako se danas osjećaš?

---

---

Na čemu si danas zahvalan / zahvalna?

---

---

Na šta danas mogu da budem ponosan /ponosna ?

---

---



## 21. Dan

Datum \_\_\_\_\_

Na koji način si danas sebi poklonio / poklonila ljubav? Kako si sebi danas pokazao / pokazala ljubav?

---

---

Kako si danas pokazao / pokazala ljubav drugima?

---

---

Kako se danas osjećaš?

---

---

Na čemu si danas zahvalan / zahvalna?

---

---

Na šta danas mogu da budem ponosan /ponosna ?

---

---





*Od srca ti čestitam na istrajnosti i upornosti da dođeš do kraja Dnevnika ljubavi i sreće.*

*Ako želiš, ovaj Dnevnik možeš opet odštampati i nastaviti da pišeš svoj dnevnik, ako će te to učiniti radosnijom, ispunjenom i sretnijom osobom.*



# O meni

Moje ima 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 radosti, 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 ostvaruje, 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



# Bilješke

Handwriting practice lines consisting of 20 sets of three horizontal dashed lines.





# Bilješke

Handwriting practice lines consisting of 20 sets of three horizontal dashed lines.

