

# **SVAŠTARA – 7.**

*Po izboru Svetozara M. Jovanovića*

*2011. / 2012.*

Ko pobijedi bez prepreka i muke, trijumfuje bez slave.

\*

Ugradila sam filter protiv mentalnog zagađenja : ne čitam novine i ne gledam televiziju. Tako mi promakne barem jedan smak sveta nedeljno i nekoliko pandemija godišnje. Ono što je zaista važno, makar bila i loša vest, već će do mene nekako stići.

(Mirjana Đurđević, pisac)

\*

Danas mladi idu u diskoteke, DJ tulume, gdje se ne mogu ni čuti, ni vidjeti.  
Nema komunikacije, nema kontakta.  
Kad ih čovjek vidi kako se tresu, odmah povjeruje u Darwinovu teoriju.

(Ibrica Jusić, muzičar)

\*

U zemljama EU oko 165 miliona ljudi pati od psihičkih poremećaja, što znači da je čak svaki treći stanovnik EU psihički poremećen. Najčešće bolesti su fobije, depresija i nesanica. Sa liječenjem se obično počinje prekasno, a terapija često ne zadovoljava ni minimalne medicinske standarde.

(Prof.Dr Hans Urluh Vithen, Drezden)

\*

**Da bi ispunila evropske uslove Srbija se mora razleteti na sve strane.**

(Bojan Bogdanović)

\*

U Haškom tribunalu je uobičajeno da se koristi „pravilo prazne stolice“ tj. kad nekoga nema, onda se sve svaljuje na njega.

(Branko Lukić, advokat)

\*

OBRANO mlijeko i hrana bogata prostim ugljenim hidratima značajno povećavaju rizik za nastanak akni kod adolescenata. Naime, mlijeko sadrži ili hormone ili bioaktivne molekule koji utiču na proizvodnju androgenih hormona i pojavu akni.

\*

**Korisne namirnice za jesenje dane** su : bundeva (karotenoidi), jabuka, orah, brusnica (antioksidansi) i smokva (vlakna za eliminaciju toksina)

\*

Prema jednoj internet anketi napravljena je  
**LISTA NAJSEKSEPILNIJIH SVJETSKIH JEZIKA :**

1. Italijanski – zvuči lako, lijepo i senzualno.
2. Francuski – šarmantno.
3. Španski je najstrastveniji jezik.
4. Češki zvuči boemski, tajanstvenog je i požudnog prizvuka.
5. Nigerijski, posebno engleski jezik sa nigerijskim akcentom.
6. Irski
7. Engleski sa oksfordskim i južnjačkim naglaskom
8. Brazilski portugalski

(„Život“)

\*

Konзумiranje **desetak suvih šljiva** dnevno značajno smanjuje rizik od osteoporoze i preloma kostiju kod žena tokom prvih pet godina nakon menopauze.

(Univerzitet Florida)

\*

**Kockari zavisnici** su prosječno inteligentne osobe bez empatije za bližnje, na koje gledaju samo kao na izvor novca koji treba da uzmu. Posjeduju veliku sposobnost manipulacije i uvijek uspiju da novac „izvuku“ jer znaju da „slože priču“ na koju žrtva obavezno nasjedne.

Svjetska zdravstvena organizacija (SZO) patološko kockanje definiše kao poseban mentalni poremećaj sličan kleptomaniji, piromaniji i dr. Kockari dugo prikrivaju svoj problem sve dok ne upadnu u velike novčane probleme. Ne mogu da kontrolišu želju za kockanjem, nervozni su i razdražljivi, a od problema bježe – ponovnim kockanjem. Zbog toga počinju da krađu, lažu, varaju i falsifikuju pa ih prijatelji, čak i porodica napuštaju.

S kockanjem se počinje u mladosti i odvija kroz tri faze:

1. **Rana pobjednička faza** - kockar je euforičan i nesvjestan rizika da ulazi u zavisnost.
2. **Gubitnička faza** – da bi sakrili „igru i dug“ troše zalihe, lažu, krađu, agresivno se ponašaju, gube posao i prijatelje, zanemaruju porodicu koja ih pomaže po sistemu „još ovaj put“.
3. **Faza oćajanja** – pate zbog poremećaja raspoloženja, piju, koriste psihoaktivne supstance, skloni su kršenju zakona, napeti su i suicidalogeni. Od 20 - 80% kockara bavi se kriminalom ili prostitucijom !

Kockari gaje iluzorne nade i precjenjuju značaj svojih igara, sujevjerni su, kompulzivni, igraju impulsivno i bez promišljanja, potpuno nezainteresovani za svijet oko sebe.

Zavisni su od adrenalina i kada su spriječeni da kockaju doživljavaju klasične apstinencijalne krize.  
Život im postaje niz epizoda naglog uspjeha, otkupljivanja dugova i recidiva.

Spas od ove pošasti je liječenje u specijalizovanoj ustanovi za liječenje bolesti zavisnosti uz nesebičnu podršku porodice. Program odvikavanja traje od 3 -12 mjeseci i provodi se preko tzv.dnevne bolnice i radnih grupa za rehabilitaciju.

\*

**Masaža akupresurne HOKU tačke (između palca i kažiprsta) smanjuje stres za 39%.**

\*

**Od moje porodice samo je đed ostao na selu. Ne bi ni on da nije umro.**

(Radomir Racković)

\*

Zbog prevelike količine stresa, presije i velikih očekivanja NOVAC, SLAVA, MOĆ i DOBAR IZGLED negativno utiču na fizičko zdravlje. Zbog toga što poznati i slavni nemaju izbalansiran život i manje teže ličnom razvoju, češće pate od glavobolje, nedostatka energije, aksioznosti i gastritisa.

(Prof.Dr Edvard Deci, Ročester)

\*

**TIMSKI RAD** je jedina garancija poslovnog uspjeha. Članovi uspješnog tima moraju imati :

- Komunikacijske vještine (razgovor, dogovor, slušanje i tačno prenošenje poruka)
- Prilagodljivost (pozitivne reakcije na prepreke i kod uspjeha i kod poraza)
- Samokontrolu (samopouzdanje)
- Motivaciju za rad i ličnu želju da se napreduje
- Adekvatno intelektualno funkcionisanje
- Djelotvornost u grupi

Ključ timskog rada je emocionalna inteligencija.

Dobar tim je onaj koji funkcioniše i kada neko od članova nije prisutan, kada se saradnici rotiraju i međusobno ispomažu.

Tim mora da ima vođu, jasne kratkoročne i dugoročne ciljeve, usklađen rad, dobre međuljudske odnose, dobro raspoloženje i – smijeh.

Emocionalna inteligencija podrazumjeva dvije osnovne vještine : vještinu upravljanja sobom i vještinu saradnje sa drugima. Istovremeno svaki član tima mora imati razvijenu samosvijest, da poznaje sebe, svoje potencijale, ciljeve, mogućnosti i želje.

Nezadovoljstvo, ljutnja, optuživanje, nerazumijevanje i loša komunikacija – pogubni su za timski rad.

Timski rad se može i uvježbati !

\*

**Tokom Drugog svjetskog rata američka vojska je poruke između komandi šifrovala jezikom Navaho indijanaca.**

\*

**Indijanci** smatraju da je duga kosa izvor snage i moći i da je njen gubitak znak da je Veliki Duh (Manitu) napustio dotičnog pojedinca. Indijance regrutovane u američku vojsku nisu šišali, pa je zato vojska imala izviđače neprevaziđene kako u pronalaženju neprijatelja tako i u preživljavanju. Skalpiranje neprijatelja je znak pobjede i obesčašćenja poraženog.

Duga kosa je produžetak nervnog sistema i predstavlja visokorazvijene antene za prenos mase informacija moždanim strukturama. Isto se može reći i za dugu bradu i brkove - stoji u studiji američke vojno-medicinske istraživačke službe.

\*

**Tačno je da možete prevariti sve ljude u nekom trenutku,  
neke čak možete varati u svakom,  
ali ne možete varati sve ljude sve vrijeme.**

(Abraham Linkoln)

\*

#### PSIHOLOŠKI PROFIL PREVARANTA :

- Ubjedljivost
- Glumački talenat
- Sposobnost da koristi tuđe slabosti
- Dobro zapažanje
- Natprosječna inteligencija
- Nedostatak empatije
- Nema osjećaj morala
- Nema grižu savjesti
- Nikada ne može da stane sa prevarama i takmiči se sam sa sobom
- Žrtve im same prilaze jer im je potrebna podrška, a koju im pruža – prevarant !

\*

**Najteže je onom muškarcu koji svoju ženu vara sa njom samom.**

(Vladimir Jovičević Jov)

\*

**Osmijeh** jeste ljekovit samo ako je iskren. Lažni osmijesi i glumljenje dobrog raspoloženja i sreće ljude čine depresivnim, neraspoloženim i loše utiču na fizičko zdravlje. Žene rjeđe kriju emocije pa lažni osmijesi na njihovo opšte stanje i raspoloženje djeluju još pogubnije.

\*

**Ponizimo se pred Bogom i uspravimo se pred ljudima.**

(Patrijarh SPC Gavriilo, marta 1941.g.)

\*

Nakon jednog nastupa pred Titom **Đorđe Balašević** je rekao :

„Od njega sam dobio pogled, osmeh nisam izbio.

Ja sam Ciganin muzikant i pokvarenjak i odmah osetim kad me neko voli.

Normalno je da momak sa bradom, bez kravate, ne može biti po volji picanu u belom odelu, sa pečatnim prstenom i farbanom kosom. To je ljudski.

A, što se honorara tiče, i to je dogovoreno na najvišem nivou.

Naime, Bog će nam svima platiti.“

\*

Od skora postoji uređaj (**infracrvena kamera**) koji otkriva PIN na bankomatima pomoću toplote prsta komitenta, koja neko vrijeme ostaje na tastaturi. Međutim, efikasan je samo na bankomatima sa plastičnom tastaturom, dok skidanje PIN –a sa metalnih tastatura bankomata postavljenih širom Evrope to nije moguće. Sa metalnih tastatura PIN skidaju pomoću prethodno postavljene tanke prozirne folije na kojoj ostanu otisci prstiju.

\*

Svakodnevno konzumiranje **6 – 8 krompira** bez ulja, putera i kečapa tokom 4 nedjelje snižava holesterol u krvi i povišeni krvni pritisak, čak bolje nego antihipertenzivni lijekovi.

\*

**- Koje političare voliš ? One koji lažu, mrsomude, krađu ili one druge ?  
- Koje druge ?**

\*

Najidealniji trenutak za prvu trudnoću je 24. godina, jer se poslije toga nivo ženskih hormona drastično smanjuje, do 30.godine se prepolovi, a poslije 40. reproduktivna sposobnost kod većine žena potpuno nestaje.

Kod muškaraca plodnost značajno opada poslije 35.godine života.

\*

**U životu samo jednom treba dobro da razmisliš – kad tražiš bračnog druga.  
Ako tada ne razmisliš, ceo život ćeš da razmišljaš.**

(Duško Radović)

\*

## RAZLIKE IZMEĐU DEPRESIVNOG MUŠKARCA I DEPRESIVNE ŽENE

### Muškarci

### Žene

Okrivljuju druge	Okrivljuju samo sebe
Osjećaju gnjev, nervozu i prevelik ego	Osjećaju tugu, bezvoljnost i bezvrijednost
Sumnjičavi su i spremni na borbu	Osjećaju tjeskobu i strah
Stvaraju konflikte	Izbjegavaju konflikte po svaku cijenu
Nemirni su i uzrujani	Usporene su i nervozne
Po svaku cijenu žele da imaju kontrolu	Teško postavljaju granice
Sumnju u sebe smatraju slabošću, očajni su	Pričaju o tome kako se loše osjećaju
Kao „terapiju“ koriste alkohol,TV,sport i seks	Kao „terapiju“ koriste hranu, prijatelje i „ljubav“

### Faktori rizika za nastanak depresije su :

1. Usamljenost i nedostatak društvene potpore
2. Zloupotreba alkohola i narkotika
3. Traumatično djetinjstvo
4. Previše stresa (otkaz, razvod, penzija, novčani problemi, bolesti)
5. Starenje

\*

**Nismo stoka, mi smo marva.  
Stoka se čuva, dok marva mora da radi.**

(Zoran Nikolić)

\*

Mislím da je **JNA** propustila svoju istorijsku ulogu da spreči raspad zemlje. Ali da to uradi onako kako je turska armija radila nekoliko puta : spreči kaos, a obaveže se na demokratske izbore za 6 meseci. I onda se povuče. Međutim, i JNA je bila podeljena, višenacionalna, uležana, sa nesposobnim ljudima na vrhu. To je zapravo, više bila Titova lična vojska ; kad je izgubila gospodara nije mogla da se snađe.

(Vladislav Jovanović, diplomata)

\*

Na vrijeme sam naslutio „ešdaunizaciju BiH“ i rekao da ću se jedno vrijeme odmarati od svega. Dakle, strateški sam se povukao. Uzeo sam predah. To je bio odmor od istorije, budala i lopova.

(Slobodan Bijelić, SDS)

\*

Zamka zvana „**cijepani ugovor**“ je izum banaka i mikrokreditnih organizacija u BiH i sastoji se u tome da se prilikom davanja kredita sa komitentom, budućim dužnikom, potpisuje jedan ugovor a sa njegovim žirantom drugi, u kome stoji da žirant svojom pokretnom i nepokretnom imovinom garantuje vraćanje odobrenog kredita.

Pošto dužnik prestane da vraća kredit, jer nije ni bio kreditno sposoban, banke uz prijatnju sudom, dug namiruju od žiranata. Rezultat toga je : 200.000.- dvostruko prevarenih i ojađenih žiranata u RS i 80.000.- u FBiH vraća tuđe kredite, a 30.- njih je do sada izvršilo i samoubistvo ! Agencije za bankarstvo drže se po strani baš kao i pravni sistem !

(Udruženje prevarenih žiranata)

\*

Lopov kad ne krade krade Bogu dane.

(Miodrag Marisavljević)

\*

Na izborima se političari udvaraju narodu. Seks dolazi kasnije.

(Ninus Nestorović)

\*

**Nezreli paradajz** nije pogodan za jelo jer sadrži **tomatin**, alkaloid sličan solaninu koji se nalazi u nezrelom krompiru i može da izazove trovanje, mučninu, povraćanje pa čak i smrt, ako se unese u većim količinama !

\*



„Implementacija strukturnog trenda u apsolviranju recentnog prosedea i dekonstrisanje tematizovanog fantazma u kodiranju relevantne interakcije, ili što bi rekao Bodrijar, valorizovanje imanentnog inputa kao i detektovanje svojevrsnog trenda u pozicioniranju relevantnog artefakta, prema Žižeku, referira na stratifikovanje simbolične strukture u apsolviranju imanentnog diskursa.“

(Aleksandar Mandić, reditelj, u Vodiču za pisanje teksta “koji ne govori ništa o bilo čemu, a može vam obezbediti dug i lep život u našoj kulturi“)

\*

**Svaka briga se ponaša po Arhimedovom zakonu :  
briga potopljena u razgovor gubi od svoje težine onoliko  
koliko je teška iz nje izlučena priča.**

(Predrag Marić, „Pun mesec nad Vlasinskim jezerom“)

\*

Muškarci ljezarsku ordinaciju doživljavaju kao neku vrstu radionice za popravku i skloni su da oko svog zdravlja sami „majstorišu“, da gutaju tablete i liječe se na svoju ruku. Tome doprinosi i sistem zdravstvene zaštite, čija je ponuda u većoj mjeri prilagođena ženama i njihovim potrebama.

(Njemačko udruženje ljekara)

\*

**Dok starimo mi se - smanjujemo !**

MOZAK počinje da se smanjuje već od 20. godine života i u starosti je manji za 10-15%. Najviše se smanjuje dio mozga zadužen za kontrolu misli, planiranje i memoriju. Preporuka: mozak održavati što duže aktivnim.

LEĐA : Od 40.g. života na svakih 10 godina čovjek se smanjuje za oko 1 cm, što znači da će u 80-toj biti niži za 5 cm, a žene čak za 8 cm. To nastaje zbog osteoporoze i slabljenja potporne muskulature. Preporuka : redovne vježbe i dovoljan unos kalcijuma i D vitamina, uz obaveznu obustavu pušenja, kafe i čaja.

UŠI I NOS rastu po 0,22 mm godišnje na račun hrskavice koja raste doživotno.

STOPALA postaju duža i šira jer tetive i ligamenti gube elastičnost. Poslije 40.g. života na svakih 10 godina povećavaće se za 1 broj obuća koju nosimo.

POLNI ORGANI se smanjuju već od 40. godine, pa ako je npr u mladosti penis u erekciji bio dužine 15 cm, u sedmoj deceniji života biće 12 cm. Kod žena materica s godinama postaje velične kao kod djevojčice pred pubertet. Preporuka : redovan seks.

LICE : Gubitak tonusa mišića i kože nije razlog za boranje lica već smanjenje kostiju lica i nedostatak zuba - „usisavaju kožu i mišiće“

SRCE već od 40.godine života postepeno gubi na težini oko 0,3 gr i količinu ispumpane krvi što mu vremenom smanjuje funkcionalnu sposobnost.  
Preporuka: dinamične i aerobne aktivnosti: šetati 5 puta nedjeljno po 40 minuta !

(Euroblic)

\*

**BOLJE MISLI ČOVJEK KAD JE NA NOGAMA, NEGO KAD SJEDI.**

\*

**Jedno misli onaj koji čuči, drugo onaj koji kleči.**

\*

Ako vam je **oslabila baterija na „daljincu“** za alarm ili centralnu bravu pa ne možete da uđete u svoj automobil, potrebno je samo da **prisonite „ključ“ na čelo** u nivou epifize (**„treće oko“**) i „daljinac“ ce istog trenutka „postati poslušan“, bez obzira što mu je baterija pri kraju !

To ne važi za „daljince“ za TV jer oni rade posredstvom infracrvenih talasa, dok se brava na kolima i alarm aktiviraju pomoću radio talasa.

Ne zna se pouzdano kako ovo funkcioniše, ali glavno je da „radi“ i da može pomoći vozačima - dok ne nabave novu bateriju.

(Treće oko)

\*

Neke stvari u pravopisu su kontradiktorne. Nikako da bude prihvaćeno da pravopis treba da uspostavlja konvencija i da tu nema mesta za zdrav razum i logiku. Pravopis se stalno usložnjava i kada pokušaju da ga poprave, dodatno ga pokvare.

(Vlado Đukanović, lingvистa)

\*

**Knjige se najviše čitaju u zatvoru, u bolnici i u staračkom domu.  
Niko zdrav ne čita knjige.**

(Ranko Guzina)

\*

## **DOBAR JASTUK ZDRAVLJE ČUVA**

Osobama koje boluju od alergija i astme preporučuje se da koriste jastuke od svile, pamuka, vune ili jastuke punjene heljdom ili memorijskm pjenom.

Za osobe koje pate od nesanice i glavobolje pravi izbor je jastuk od heljde.

Za bolesnike sa bolovima u vratu i ramenima preporučuju se jastuci punjeni heljdom ili memorijskom pjenom.

Za one koji se noću znoje izbor je jastuk od svile ili vune.

Jastuci od poliestera (mikrovlakna i kuglice gela) se uopšte ne preporučuju jer ne pružaju dobru potporu vratu i privlače grinje, dok jastuci od lateksa imaju neprijatan miris i „okidači“ su za alergije i astmu. Jastuci od perja i paperja takođe nisu dobra potpora za vrat.

\*

Bolnice su nam u takvom stanju da u njima i hipohondri umiru.

(Đorđe Otašević)

\*

Najmanje 15 minuta „gluvarenja“ svakodnevno može doprinijeti da u prosjeku živimo nekoliko godine duže i da u starosti budemo zdraviji i vitalniji.  
Najbolji ambijenti za to su šuma, park ili obala rijeke, gdje možemo na miru „pustiti da nam misli lutaju do mile volje“.

\*

Ljubazni i nesebični ljudi su rado viđeni u društvu, ali nisu rođeni za vođe i šefove. Naime, ljude blage naravi drugi smatraju slabim i lakovjernim, dok one koji ispoljavaju agresivnost i djeluju dominantno doživljavaju kao snažne i idealne za vodeće funkcije.

Pretjerana ljubaznost nervira okolinu gotovo koliko i laganje.

(Poslovna škola Stanford)

\*

**GDE JE STRAHA, TU NEMA VERE.**

(Narodna)

\*

**CARSKI REZ** (Sectio Cesarea) je porođaj hirurškim putem. Naziv je dobio po Juliju Cezaru koji je na taj način došao na svijet. Po drugoj verziji naziv je dobio po njemačkom mesaru Kajzeru, koji je tako pomogao svojoj ženi da se porodi („Keiserschnitt“).

Od ukupnog broja porođaja, a na lični zahtjev porodilje, ova intervencija se obavi kod 25-30% porođaja, iako se zna da djeca rođena carskim rezom kasnije pate od plućnih oboljenja.

\*

**CELULIT** na nogama i bokovima žena ukazuje na visok IQ i dobro zdravlje i uma i tijela. Naime, celulit je skladište masnih kiselina koje poboljšavaju rad mozga.

Žene sa celulitom su po pravilu plodnije, imaju zdravije potomstvo, bolju seksualnost i kasnije u menopauzi rjeđe pate od zdravstvenih problema.

\*

12 rečenica, fraza koje žene ne žele da čuju :

1. **Šta ima za ručak ?** (Nevino pitanje koje svaku ženu iznervira.)
2. **Hoću, ali malo kasnije.** (Uvijek nešto tražiš u pogrešnom trenutku !)
3. **Danas super izgledaš !** (Zašto danas ?!)
4. **Drmaju te hormoni.** (Ultimativni bezobrazluk.)
5. **Jesi li uključila grijanje ?** (Optužba !?)
6. **Opusti se.** (Prestani da histerišiš.)
7. **Neuredan ti je auto.** (Neuviđavnost prema mnogim obavezama žene.)
8. **Moja mama najbolje kuva.** (To govore samo sinovi, nikada kćerke.)
9. **Šta si uradila s kosom ?** (Neprihvatanje promjena.)
10. **Maco !** (Ne zvuči ništa bolje od ekvivalenata : Tigru ! Pastuve !)
11. **Dobro izgledaš** (Govori se iz pristojnosti i bez stvarne inspiracije.)
12. **Izgledaš umorno.** (Prevod: Izgledaš blijedo i staro.)

(Dnevni magazin)

\*

O izuzimanju Turaka muslimana iz devšima („danak u krvi“)

**Halil Inaldžik** u djelu „Osmansko carstvo“ kaže :

„Kad bi oni postali sultanovi robovi, zloupotrebljavali bi to preimućstvo. Njihovi srodnici po provincijama tlačili bi raju i odbijali da plaćaju dažbine.

Sukobljavali bi se sa sandžačkim begovima i odmetali u buntovnike.

Nasuprot tome, hrišćanska djeca kada pređu u islam, bivaju revnosna u vjeri i postaju neprijatelji svojih srodnika.“

\*

Novac možete da operete ali ruke ne možete.

(Ranko Guzina)

\*

**Ime koje dijete dobije na rođenju ima veliki uticaj na razvoj njegove ličnosti i čitav njegov život.**

- Ako je ime neuobičajeno i odudara od okruženja može biti povod za izrugivanje, što će ostaviti posljedice na socijalizaciju i psihičku stabilnost nosioca takvog imena.
- Dječaci koji su dobili imena koja se daju i djevojčicama, agresivnije se ponašaju i imaju slabiju sposobnost samokontrole.
- Slično se ponašaju i djevojčice sa „muškim“ imenima.
- „Ženstvena“ imena povećavaju šanse da će dotične osobe pokazati sklonosti za umjetnost, muziku i društvene nauke, dok se nosioci „grubljeg“ imena češće orijentišu na prirodne nauke.
- Čak i nadimak igra veliku ulogu u razvoju ličnosti !

**Nije dobro djeci davati imena po nekom od članova uže i šire porodice, pogotovu ako oni nisu više među živima.**

(Britansko istraživanje)

\*

Ljubav se kruniše brakom. I nastavlja da se kruni.

(Mitar Đerić)

\*

Mnogi ljudi su kao greb-greb srećke. Čim malo zagrebeš, vidiš da ispod nema ništa!

(Bojan Ljubenić)

\*

Pokajanje je gorko, ali liječi i spašava dušu.

\*

Ljudi koji naručuju **velike porcije hrane i napitaka** prije svega nastoje da sebe i druge ubijede da su bolje stojeći nego što to zaista jesu.

Ovakvo ponašanje je slično ponašanju onih koji, naprežući budžet i preko granica svojih mogućnosti kupuju **veći automobil**, kuće sa mnogo više soba nego što im treba ili **televizor sa velikim ekranom**, u nastojanju da bar na prvi pogled poboljšaju svoj društveni položaj.

**Takvom ponašanju su skloniji ljudi siromašnijeg porijekla.**

\*

U horoskopu sam dupli lav. U životu – dupla ovca !

(Radmilo Mičković)

\*

**Tradicionalna kineska medicina** nas uči da je svijet sastavljen od 5 elemenata (vatra, voda, zemlja, drvo i metal) i da svaki od njih utiče na naše emocije i ravnotežu u organizmu.

- **Hrana sa dominantnim elementom drveta** (KISELO; žitarice, zeleno povrće, bobičasto voće, limun, grejpfrut i bakalar) pomažu da jasnije vidimo smjer u kome ide naš život, oslobađa nas od bijesa i ljutnje i pozitivno utiče na kreativnost, životnu energiju i optimizam.
- **Namirnice sa energijom vatre** (GORKO; kukuruz, peršun, paprika, paradajz, zeleno lisnato povrće, trešnje, višnje i lignje) podstiču radost, komunikaciju, harizmatičnost, inspiraciju, ideju, životnu strast.
- **Namirnice sa dominantnom snagom zemlje** (SLATKO, proso, bundeva, bijeli luk, brokoli, breskve, grožđe, jabuke, kruške, smokve i riječna riba) povećavaju osjećaj da smo voljeni, smiruju i smanjuju osjećaj usamljenosti.
- **Hrana sa snagom metala** (LJUTO; pirinač, maslačak, celer, krompir, šljive, dunje, lješnici, ren i morska riba) pomaže da ostvarimo želje, podiže samopoštovanje, bistri um i postavljanje granica.
- **Namirnice sa elementom vode** (SLANO; krastavac, heljda, šargarepa, patlidžan, tikvica, borovnica, lubenica, narandža, mandarina, kikiriki i školjke) održavaju snagu i energiju i vraćaju duboka uvjerenja

\*

Rimokatolici su nam bliži po vjeri, poštuju Majku Božiju, svetitelje, anđele. Protestanti su nam bliži po haritativnim djelatnostima, oni čine velika djela. A mi pravoslavni imamo sve to, ali nemamo inkviziciju.

(Vladika Danilo)

\*

Kad god vidiš nekoga da je nesrećan, znaj da je čovjek.

(Seneka)

\*

**95% stečenih bolesti je u osnovi psihosomatskog porijekla**, što znači da nastaju ispoljavanjem emocija kroz govor organa, kada mozak prevodi negativnu emociju u tjelesni simptom.

Rodonačelnik psihosomatske medicine Dr Franc Aleksander je opisao 7 bolesti u čijoj osnovi leži emocionalni faktor : astma, art.hipertenzija, hipotireoza, uklus, ulcerozni kolitis, reumatoidni artritis i neurodermitis.

Još je Hipokrat tvrdio da je temperament čovjekova sudbina i da shodno temperamentu ostajemo manje ili više zdravi. Tako npr.melanholične osobe pate od problema sa žučnom kesom, a kolerici od povišenog krvnog pritiska. Flegmatici su pošteđeni od ovih bolesti.

Astma je „plač bronhija za majkom“ jer od nje boluju djeca koja su rijetko ili nikada nisu zaplakala. Reumatoidni artritis ukazuje na potisnutu agresivnost, koja mišiće drži u stalnoj napetosti, a što se loše odražava na zglobove.

(Život)

\*

#### **INSTANT OPUŠTANJE :**

- **Ugljeni hidrati** (niskokalorični krekeri, žele, gumene bombone, sladoled) dovode do smirenja, za razliku od proteina i masnoća koje kompromituju stvaranje serotonina.
- **Vježbe disanja** (kiseonik opušta i bistri misli).
- **Šetnja** (podstiče kardiovaskularni sistem i smanjuje stres).
- **Plač** (izbacuje nagomilanu napetost i smanjuje stres).
- **Muzika** (preporađa).
- **Miris** (jabuka, lavanda i svaki drugi koji nam odgovara).
- **Vizualizacija od 5 minuta** (idealno mirnog mjesta gdje smo bili ili gdje bismo željeli otići).
- **Razgovor** (sa osobama od povjerenja dovodi do rješenja problema).
- **Brojanje** (problem ćemo zaboraviti na neko vrijeme).

\*

**Amerikanci uvijek povuku pravi potez, ali tek pošto isprobaju sve ostale.**

(Vinston Čerčil)

\*

**CINCARI** su narod koji nikada nije imao svoju državu, a u naše krajeve se doselio u 18.vijeku poslije uništenja svoje nezvanične prestonice Moskoplja u tadašnjoj Grčkoj, a današnjoj Albaniji. Na Balkanu živi oko 500.000 Cincara.

Gradsko jezgro Beograda, počev od Kapetan-Mišinog zdanja pa do Dječije klinike u Tiršovoj, napravili su Cincari. Najznamenitiji Cincari su :Mihajlo Pupin, Pavle Savić, Branislav Nušić (Alkibijad Nuši), Jovan Jovanović-Zmaj, Aleksandar Vučo, Borislav Pekić, Dragutin Dimitrijević-Apis, Branko Radičević, Bora Stanković, Taško Načić, Olga Spiridonović, Miki Manojlović, Koča Popović, Stevan Hristić, Toma Fila, Oliver Njego, Maja Odžaklijevska, Milan St.Protić, Srđan Šeper, Biljana Cincarević, Nikola Kojo...

\*

**Narko, alko i duvanska mafija truju narod. Farmakomafija ne zna koga pre da leči !**

(Ranko Guzina)

\*

„**Seksting**“ je novi termin (kovanica od SEX i TEXTING), koji označava slanje seksualno sugestivnih ili eksplicitnih poruka (SMS, MMS) između mladića i djevojaka, najčešće tinejdžerskog uzrasta. Djevojke koje dobro izgledaju čak šalju i svoje golišave slike. Ovaj trend je potekao od slavni ličnosti sa Zapada.

\*

**Kupovina ili prodaja stana** je jedno od najstresnijih iskustava, daleko više od porodičnih problema ili razgovora za posao, potvrđeno je u jednoj multicentričnoj studiji. Čak 75% ispitanika je izjavilo da je tokom tih aktivnosti ostarilo za najmanje dvije godine, da im se fizički izgled promijenio u negativnom smislu, pamćenje i volja oslabili, a libido smanjio.

\*

**I Turcima je Kosovo bilo uslov za ulazak u Evropu.**

(Blažo Papović)

\*

Jednom prilikom neki estradni umetnik upita Patrijarha Pavla:

- Vaša svetosti, 30 godina pevam na javnim nastupima i uvek imam tremu.

Od čega je to?

- Od toga, što kad pevaš ne misliš na Boga, već na honorar.- odgovori mu Patrijarh.

\*



**Kad čovek ostane u mraku, on ne traži onoga ko je ugasio sveću, već drugu sveću da ne bi i dalje bio u mraku.**

(Borislav Pekić)

\*

Žene lakše podnose **krizu srednjih godina** od muškaraca. Čak 25% žena između 45. i 55.god. je optimistično i veselo, za razliku od 15% muškaraca istih godina, koji se slično osjećaju. To se objašnjava boljom komunikacijom žena sa okolinom, većim brojem poznanika i prijatelja koje imaju, mada u pogledu podrške nije važan broj prijatelja, već kvalitet odnosa koji se među njima njeguje.

\*

**KO MNOGO KVOCA, NASADE GA.**

(Nikola Č. Pešić)

\*

**Svaki dan u nedjelji je idealan :**

- Ponedjeljak je najstresniji dan i idealan je za odmor i manje obaveza.
- Utorak je najproduktivniji dan i idealan je za obavljanje svega što smo dugo odlagali.
- Srijeda je idealan dan za početak ljubavi, jer takve veze najduže traju.
- Četvrtak je idealan za seks.
- Petak je idealan za donošenje velikih odluka (prestanak pušenja, početak djeteta i sl.), jer slijedi vikend, kada nam je volja čvršća, a motivacija jača.
- Subota je idealan dan da žene zatrudne. Djeca začeta subotom su inteligentnija.
- Nedjelja je idealan dan za izlaske, druženja i provod.

(Britansko istraživanje)

\*

**Radnik koji se dobro osjeća na radnom mjestu, ne broji sate.**

(Francuska)

\*

Jedino pravo bogatstvo je bogatstvo duše,  
ostala dobra su podložna velikim gubicima.

(Lukijan)

\*

**Više od 50% zdravih Amerikanki koje jedanput godišnje obave mamografiju, bar jedanput u deset godina dobiju lažno pozitivan rezultat !  
Od toga broja 7-9% njih ode na biopsiju koja će pokazati da se ne radi o raku !**

**Obavljanje mamografije jedanput u dvije godine smanjilo bi rizik za lažno pozitivne rezultate za 30%.**

(Američka studija)

\*

KETAMIN je moćni opšti anestetik u veterinarskoj medicini, ali u SAD postaje sve češće uzrok zavinosti kod ljudi.

\*

**TREMA** je fiziološka reakcija prilikom javnog nastupa i posljedica je povećanog nivoa hormona stresa. Kod vještih govornika trema traje samo prva 3 minuta.

Da bi trema bila manja, potrebna je dobra priprema pred nastup :

- Naučite početak izlaganja napamet i to isprobajte bar 10 puta kod kuće.
- Govor vježbajte pred ogledalom, stojeći u uglu sobe i okrenuti prema zidu (da bi sami sebe bolje čuli !).
- Na javnom nastupu izbjegavajte veliko rastojanje od auditorijuma.
- Vodite računa o tome da će vam, ako govorite prebrzo, glas postati piskav (djetinjast) i neuvjerljiv, a ako govorite sporo i uz to imate dubok glas, izlaganje će postati monotono.
- Izbjegavajte česte „poštalice“ da ne biste samo po njima ostali upamćeni.

(D.R.Gilbert)

\*

Poslije 10 minuta i 38 sekundi čekanja u redu ili 5 minuta i 58 sekundi na telefonskoj centrali – potpuno gubimo strpljenje i spremni smo na svađu !  
U prodavnici gubimo živce nakon čekanja od 6 minuta i 32 sekunde.

67% ljudi kada nešto čeka je uznemireno, a  
19% je toliko ljuto da bi se čak i potuklo.

(Britansko istraživanje)

\*

Violina („**kraljica zvuka**“) nastaje poslije 200 sati majstorske obrade rebrastog, ptičijeg javora za donju tablu, stranice i vrat i smrče za gornju tablu. Violina je sopranski instrument, viola je alt, čelo bariton i kontrabas – bas. Sva četiri instrumenta zajedno daju punu harmoniju.

(Jan Nemček, graditelj žičanih instrumenata, Kovačica)

\*

**Usta su im puna demokratije. Zato i ne razumem o čemu pričaju.**

(Ljubomir Šuljagić)

\*

Poruka na pejdžeru : „Kumo, javi mi kako si prošla na izložbi pasa ?“

\*

### Ljudi čuju ušima, a slušaju mozgom.

Princip aktivnog slušanja žene koriste više od muškaraca, jer su muškarci u mogućnosti da obrade samo jednu vrstu čulnih informacija, dok one imaju potencijal da ih istovremeno obrade u većem broju. Prilikom komunikacije žena aktivira čak 7 centara mozga, a muškarac samo 2.

\*

### Svaki poklon koji muškarac poklanja ženi nosi neku poruku :

- **Čokolada** je poklon romantičnog muškarca i izražava želju za dužim vezivanjem.
- **Nakit** je izraz želje (bez obzira na godine) da se sa tom osobom kao suprugom ostari.
- **Parfem** je poruka da je izabranica privlačna i draga, ali da je samo dodatak u životu, nikako i za trajnije vezivanje.
- **Kućni ljubimac** (pas, mačka, ptica i dr.) predstavlja obavezu i predanost, što znači da onaj koji ih poklanja želi porodicu i vezu na duge staze.
- **Putovanje** poklanja realan, odmjeren i siguran muškarac, koji poručuje da mu je partnerka čitav njegov svijet.
- **Knjigu** poklanja predvidiv, odan i stabilan muškarac, ubijeđen da ženu dobro poznaje.
- **Skupi poklon** šalje podsvjesnu poruku da je u pitanju moćan, ali nesiguran darodavac.
- **Ko nikada ništa ne poklanja je buntovnik, uvijek sam i protiv svih, prava muka za ženu !**

\*

**MRLJE od hemijske olovke** sa tkanine uklanjaju se zagrijanim sokom od limuna, **mrlje od krvi** (daleko bilo !) mlakom slanom vodom, a sa svilenih materijala - špiritusom.

\*

Kada prvo dugme zakopčaš pogrešno, onda će i ostala dugmad biti pogrešno zakopčana.

\*

**ZAHVALNOST** je jedno od najsnažnijih osjećanja, koje ljude čini srećnim, zainteresovanim i posvećenijim prema sebi i drugima. Malo je vjerovatno da će zahvalni ljudi osjećati zavist, ljutnju, nezadovoljstvo, kajanje ili druga neprijatna osjećanja.

Zahvalnost - **ublažava stres.**

(Prof.Dr Majkl Makalok, psiholog)

\*

Britansko istraživanje na 877.000.- žena je pokazalo da poslije namjernog prekida trudnoće (abortusa) kod žena mogu nastati ozbiljne psihičke posljedice : anksioznost (34%), depresija (37%), alkoholizam (50%) i 3 puta veći rizik za nastanak narkomanije. U najgorem slučaju može doći i do samoubistva !

(Dr Piter Kolman, Kraljevski koledž psihijatrije)

\*

**Žena me je prevarila. Rekla je da je spavala sa drugim, a nije.**

(Aleksandar Čotrić)

\*

**BIZUTAŽ** („vatreno krštenje, „ polaganje ispita zrelosti“) je ceremonijalno primanje brucoša u studentsku asocijaciju na francuskim fakultetima. Potiče još od srednjeg vijeka i često podrazumijeva „dobrodošlicu“ praćenu mučenjem, maltretiranjem i ponižavanjem brucoša. Prije deset godina bizutaž je zakonom zabranjen !

\*

**GRICKANJE NOKTIJU** je nervozna navika koja nas oslobađa od stresa, a koja nastaje zbog osjećaja usamljenosti, uzbuđenja, frustracije, ali može biti i simptom opsesivno-kompulzivnog poremećaja.

Terapija:

- premazati nokte lakom
- uraditi stručni manikir (odvraća od želje da se upropaste lijepo sređeni nokti !)

\*

Postoje dvije beskonačne stvari : svemir i ljudska glupost, ali za svemir nisam baš potpuno siguran.

(Albert Ajnštajn)

\*

**Izvinjavanja** su čudesan način komunikacije, koja mogu da razreše sukobe, donesu oprostaj, spasu ljubav i prijateljstva, ali da izrečena u pogrešnom trenutku i na pogrešan način, naprave i neprocenjivu štetu.

- Nezavisne i jake osobe najbolje reaguju na izvinjenje u kome ste spremni da popravite nanesenu štetu.
- Druželjubive, emotivne i otvorene osobe najlakše prihvataju izvinjenje ako pokažete da vam je žao i da se iskreno kajete.
- Ljudi nezgodnog karaktera, nefleksibilni i nepopustljivi zahtijevaju da priznate da ste prekršili pravilo i da obavezno priznate kako su oni bili u pravu.

Nikad se ne izvinjavajte „na prvu loptu“ odmah poslije svađe ili neprijatnog razgovora, već dajte i sebi i sagovorniku vremena da se „strasti smire“.

Nikad se ne izvinjavajte ako to stvarno ne želite, jer će vas odati „govor tijela“.

Najbolje je izvinjavati se „u četiri oka“ u popodnevnim satima.

(„Život“)

\*

**Za 8 godina suđenja jedino je dokazano da Šešelj ne poštuje sud.**

(Ranko Guzina)

\*

Ne etnička posebnost, već verska netolerantnost odvaja Ukrajinu od Rusije. Pravi naziv Ukrajine pre Oktobarske revolucije bio je Malorusija.

(Prof.Dr Milorad Ekmečić, akademik)

\*

Osobe koje **umjereno piju pivo** (500 ml muškarci i 300 ml žene/ na dan) imaju smanjen rizik za nastanak raka dojke i prostate zbog flavonida iz hmelja, koji su po strukturi slični estrogenim hormonima. Visok sadržaj silicijuma u pivu obezbjeđuje im i jače kosti. Pored toga, pivo povećava mentalne sposobnosti, sprečava demenciju, štiti srce od infarkta kod muškaraca za 45% i smanjuje rizik od nastanka bubrežnog kamena za 60%.

\*

Ko se izražava dvosmisleno misli samo na jednu stvar.

(Aleksandar Čotrić)

\*

Kada bi se sve što je modernim tehnologijama zabilježeno na videozapisima, fotografijama, e-mejlom, veb stranicama i telefonima na planeti pretvorilo u digitalni zapis, to bi iznosilo 161.000.000.000.- gigabajta ili 161 eksabajta podataka !

To je za 3,000.000 puta više činjenica nego u svim spisima ikad odštampanim !  
Danas primamo 5 puta više informacija nego 1986.godine, kada je prosječna osoba primala informacije dovoljne za svega 2,5 novinske strane.

(Večernje novosti)

\*

ŽENE mogu da čuvaju nečiju **tajnu** najčešće do 32 minuta, a onda je moraju s nekim podijeliti: s mužem, majkom ili prijateljicom.  
Poslije toga samo 25% žena ima osjećaj krivice.

\*

[www.vimeo.com](http://www.vimeo.com)

\*

**Susret sa lijepom ženom bez pameti je kao priča sa skulpturom.**

(Ivo Eterović, fotograf)

\*

**Cvijeće ženama poklanjaju strastveni i/ili senzualni muškarci i to:**

- LALE – ponosni i spremni da oprostite.
- RUŽE – strasni i odani u ljubavi.
- ORHIDEJE – veoma bliski i tajnoviti.
- NARCISE – sebični, nijemi za potrebe žena, čak i grubi.
- MAGNOLIJE – otmeni i dostojanstveni, ali ponekad nevjerni.
- IRISE – skloni umjetnosti i sanjarenju.
- HORTENZIJE – pričljivi i omiljeni u društvu,
- BOŽURE – sigurno je da će vas i zaprositi !
- KARANFILE – uvijek će čuvati vašu ljubav,

\*

Zbog preterane brzine više je muževa kažnjeno u krevetu nego u automobilu.

(Rade Jovanović)

\*

„**NASMIJANA DEPRESIJA**“ je pojam koji opisuje pacijente sa depresijom, a koji ne žele to da priznaju. Rade puno radno vrijeme, održavaju porodični život i obavljaju niz

društvenih aktivnosti. Međutim, ispod njihove nasmiješene maske nalaze se naslage tajnih napada panike, nesanice, niskog samopouzdanja i suicidalnih misli. Stavljanje maske hrabrog i nasmijanog izraza najgora je moguća stvar, jer samo kupuje vrijeme do stanja, kada će osmijeh nestati.

(Dr Kozmo Halstrum, London)

\*

**S vremena na vreme ukradite i vi makar neku sitnicu.  
Ne možete živeti sa ljudima, a mimo sveta.**

(Ranko Guzina)

\*

U Beogradu ću imati ekskluzivni koncert, ništa estradnog tipa.  
Ne idem u arene, jer nisam gladijator već akademski muzičar.

(Arsen Dedić)

\*

[www.psiholoskikutak.com](http://www.psiholoskikutak.com)

\*

Zvuk putuje skoro pet puta brže kroz vodu nego kroz vazduh.

\*

Veliki francuski pisac i filozof VOLTER,  
gledajući kako njegove knjige gore na lomači, reče :

**„Moje knjige su kao kesteni. Što ih više peku, to se više prodaju.“**

\*

**Žudnja za određenom vrstom hrane je  
način da se prikriju duboko potisnuti emocionalni problemi.**

- **Hrskava hrana** (čips, kokice, krekeri) oslobađa od napetosti, frustracija, ogorčenosti i stresa.
- **Kremasta hrana** (pire, sladoled, mekani sir) ima „utješan“ efekat kod osoba koje se osjećaju zbunjeno, nesigurno ili pate zbog osjećaja krivice.
- **Nagon za žvakanjem** (žvakaća guma, karamele) povezana je sa željom da sredite konfuzne misli, nesigurnost, potisnutu ljubomoru, strah ili mržnju.

- **Začinjena i egzotična hrana** ukazuje na želju za uzbuđenjima i intenzivnijim životom.
- **Grickalice, orasi, lješnici, bademi** su izbor osoba koje žele da se zabave, uživaju i otvore svoje srce.

Dugotrajna napetost, stres i višak kortizola povećava sklonost ka ugljenim hidratima (hljeb, tjestenina, kolači) što predstavlja zapravo želju za zagrljajem, udobnošću i sigurnošću.  
Čokolada sadrži fenilalanin, koji izaziva osjećaje slične kao kod zaljubljenosti i znak je da je čokoholičaru potrebna – ljubav !

\*

Ko me pita šta mislim **o suživotu**, ja ga pošaljem u suk...c.  
Ljudi žive, a ne sužive. Suživot je atentat na život i korak do rasizma.

(Abdulah Sidran, pisac)

\*

**POSLE „MILOSRDNOG ANĐELA“ – NEMILOSRDNA ANGELA !**

(Ranko Guzina)

\*

**Vegetarijanac sam.** Shvatio sam koliko smo licemjerni dok milujemo malo simpatično jagnje, a onda ga zakoljemo i pojedemo. A još mi je gore krzno. Degutantno mi je kad vidim neosviješćenu bogatašicu koja grije svoje guzove s trista mrtvih životinja.

(Branko Đurić Đura, glumac, muzičar i reditelj)

\*

**Ovsena kaša (zob) sa jednom narendanom jabukom, tri puta nedjeljno, efikasnije snižava nivo holesterola u krvi nego lijekovi.**

\*

**Praštanje sitnih i krupnih grešaka, uvreda i nepravdi, kako sebi tako i drugima čuva zdravlje.**

Negativne misli i emocije (ljutnja, gorčina, mržnja, ogorčenost, osvetoljubivost, iracionalna očekivanja, tjeskoba) troše mnogo energije i otvaraju vrata svim bolestima  
(diabetes, povišeni krvni pritisak, srčani i moždani udar) pa čak i raku !



### **Negativne misli i emocije možemo neutralisati :**

- mirisnim kupkama
- slušanjem omiljene muzike
- pisanjem pisma onome ko vas je naljutio, iznevjerio, uvrijedio. U tom pismu izrazite svoju tugu i gorčinu zbog načina na koji vam je to učinio, ali pismo nemojte nikada poslati ! Sačuvajte ga na skrovitom mjestu, dok gorčina i ljutnja u vama ne prođu, a zatim ga uništite – zauvijek !

\*

**LAK ZA KOSU** može pomoći da :

- lakše uvučemo konac u iglu, ako mu se kraj naprska lakom
- ženske najlon čarape će duže trajati ako im dio za prste poprskamo lakom
- žvakaća guma sa tepiha lakše se skida ako je poprskamo lakom
- obuća glatke površine nakon mazanja sredstvom za održavanje biće sjajnija ako se naprska lakom
- mrlje od hemijske olovke, karmina i mastila sa tkanine nestaće ako se poprskaju lakom, zatim istrljaju sunderom a ostaci laka potom odstrane pranjem u veš mašini
- crteži na papiru i buketi biće trajniji ako se poprskaju lakom

\*

**Djeca izložena porodičnom nasilju** pokazuju istovjetan obrazac aktivnosti u mozgu kao i kod vojnika tokom borbe. Zlostavljana djeca se poput vojnika prilagođavaju sredini i postaju supersvjesna opasnosti koja ih vreba.

(Savremena biologija)

\*

**POŠTENOG JE LAKO PREVARITI, ALI GA JE TEŠKO PRONAĆI !**

(Radojica Becić)

\*

**FETVA** je vjersko pravno mišljenje ili decizija, odluka, odnosno tumačenje nekog događaja ili pojave na osnovu islamskog vjerzakona i onda je to mišljenje obavezujuće za muslimane koji pripadaju muftiluku, čiji je muftija izdao fetvu.

(Prof.Dr Darko Tanasković, islamolog)

\*

**Dozvolite da vas ukratko upoznam sa problemima u Bosni, počev od Kulina bana.**

(Ranko Guzina)

\*

**Robin Danbar**, antropolog na Oksfordu, razvio je teoriju da ne možemo imati više od 150 prijatelja, bez obzira koliko vremena imamo ili koliko smo društveni, jer naš mozak nije sposoban za više od 150 kvalitetnih društvenih kontakata sa osobama kojima smo lojalni, odani, koje poštujemo, volimo, brinemo o njima i bar jednom godišnje kontaktiramo. Sve preko Danbarovog broja (**150**) slabi međusobne veze.

\*

- Muškarci brže izjavljuju ljubav i to već nakon razmišljanja od „samo“ šest nedjelja, Riječi „volim te“, izgovore najčešće 87. dana od početka veze, obično na kraju sastanka.
- Ako ne čuju odgovor „volim i ja tebe“ u roku od nekoliko nedjelja, prekidaju vezu prije prve godišnjice.
- Muškarci više vole da čuju „volim te“ prije nego što stupe u seksualne odnose sa aktuelnom partnerkom, a ženama je pak, važnije da to čuju poslije.

(Britanska studija)

\*

I do sada sam **visinu svojih honorara** izricao kao presudu, a ne razlog za pogađanje, pa pošto mi je to već polazilo za rukom, nisam blesav da nešto u tome menjam. Visinu svojih honorara određujem lično i to činim bezobzirno iz ličnog koristoljublja, a žrtvama sa kojima potpisujem ugovore visinu honorara saopštavam u prisustvu kardiologa i psihijatra.

(Milan Gutović, glumac)

\*

### **ŠOJIĆ će otići u zasluženi zatvor !**

Vrata RTS mom rođaku Lanetu (Gutoviću) nisu zatvorena i nikada neće biti zatvorena.

Kad usaglasimo naše mogućnosti i njegov talenat, on će ponovo sarađivati sa nama.

U međuvremenu nam ostaje da ga volimo kao glumca,

a da se s njim kao čovekom svađamo !

(Aleksandar Tijanić, direktor RTS)

\*

Ako je kod nekoga **nivo gvožđa u krvi** znatno niži od 17 mmol/l, taj ima dva puta veći rizik za nastanak po život opasne venske tromboze.

(Imperijal koledž London)

\*

- **I najobičniji dan protiče u emotivnim oscilacijama** pa ga je preporučljivo započeti sa mliječnim proizvodima i ugljenim hidratima.
- Oko podneva nas obično spopadaju tužne misli koje možemo prevazići uz pomoć toplog peciva, porcijom pirinča ili krompira.
- Popodne smo bezvoljni. Rješenje je proteinski obrok (riba, piletina).
- Predveče smo iscrpljeni i umorni, što prevazilazimo s parčetom crnog hljeba ili šakom suvih grožđica.
- Uveče smo već srećniji, pa večera treba da bude sasvim vitaminska. Sve drugo što pojedemo i ne potrošimo za regulaciju hormona i energiju, pretvara se u masne naslage !

\*

**On je skroman čovek. Dok drugi prekrajaju istoriju,  
on prekraja samo svoju biografiju.**

(Katarina Đukić)

\*

Tinejdžeri koji češće konzumiraju **zaslađena gazirana pića** su za 9 -15% agresivniji od svojih vršnjaka, koji ta pića izbjegavaju. Uticaj gaziranih pića na adolescente je poguban, skoro kao i uticaj alkohola ili pušenja.

(Univerzitet Boston)

\*

**Djeca** koja nemaju dobar emotivni odnos s majkom imaju dvostruko više šansi da budu gojazna već do svoje 15 godine, u odnosu na djecu koja su imala jake emotivnu vezu.

\*

**Život je komedija za one koji razmišljaju, a tragedija za one koji osjećaju.**

(Horas Valpol)

\*

Taština, taština, sve je taština.  
A taština na jevrejskom označava izmaglicu, prazninu.

\*

**Djeca** čiji su očevi aktivno uključeni u njihovo odrastanje i obrazovanje imaju bolje rezultate u školi, bolje se nose sa stresom i imaju veću samokontrolu, dok djeca koja nemaju dobar odnos sa očevima češće napuštaju školu ili imaju probleme sa učenjem.

\*

**Falcifikatori** su veliki majstori svog zanata, često pravi umetnici.  
Ali naša sredina nema sluha za to.

(Ranko Guzina)

\*

Uvijek sam birao pogrešne žene.

(Hju Hefner, Playboy)

\*

**Bijeli hljeb** ima visok glikemijski indeks, tj. brzo povećava glikemiju, pa osobe koje ga pretjerano koriste za 30% imaju veći rizik da dobiju diabetes mell. tip 2 i dva puta veće šanse da obole od malignih bolesti.

**Gluten** čini hljeb hljebom pa unošenje većih količina hljeba otežava probavu.

\*

**BRINETE** mnogo bolje napreduju u karijeri, inteligentnije su, prefinjenijeg ukusa i stila, vjernije su kao supruge i bolje prijateljice od plavuša. Ali ako kosu ofarbaju u plavo, postaće samouvjerenije i imaće više udvarača.

\*

Da bi se našla „srodna duša“ s kojom bi vrijedilo „ostariti zajedno“, potrebno je do 30. godine života imati bar 12 emotivnih veza. Poslije toliko razočarenja i nakon tako stečenog iskustva ljudi lakše razlikuju ono što žele, a šta ne žele.

(Prof.Dr Piter Tod)

\*

**Gde je tu pravda ? Jedni imaju dvostruki moral, a drugi nemaju nikakav !**

(Ranko Guzina)

\*

**ZAGRLJAJ** je najljepši dodir koji može da utješi, izliječi samoću i tugu, pruži sigurnost i pokaže nježnost i ljubav. Neki čak tvrde da u trenutku porađanja kontrakcije materice predstavljaju prvo milovanje bebe.

Prevremeno rođene bebe brže napreduju ako ih majke često dodiruju, a dokazano je i da djeca koju roditelji grle i miluju imaju bolji imunološki sistem i manje boluju od alergija.

**Zagrljaj je iskreniji i od poljupca i od polnog odnosa jer ne može da se odglumi.**

Da bismo održali svoju emocionalnu inteligenciju, naša dnevna potreba za zagrljajima je 4 – 12. U nekim evropskim gradovima na ulicama se mogu dobiti i „besplatni zagrljaji“ koji ne koštaju ništa a pružaju mnogo.

Zagrljaji su djelotvorniji i od antidepresiva, pogotovo ako se grle oni koji se vole.  
(„Život plus“)

\*

**Kupio sam joj novčanik od zmijske kože. Dobro joj se slaže uz karakter.**

(Aleksandar Čotrić)

\*

POLITIKA je delatnost jedva malo iznad prostitucije. Kao i prostitucija, i politika se bavi smrtnim gresima, počev od vlastoljublja, zaključno sa srebrojubljem. Zbog političkog pokvarenjaštva, prevrtljivosti i licemerja može jadikovati samo ordinarna budala.

(Svetislav Basara, pisac)

\*

**PROTIV MAMURLUKA :**

1. RASOL samo ako se prilikom kiseljenja kupusa između redova ostavi lišće vinove loze, grožđe ili kriške dunje ili jabuke, kim i što MANJE soli !
2. Kašičica MEDA pomiješana sa sokom iz turšije.
3. JAJA (cistein neutrališe acetildehyd, toksični produkt metabolizma etanola)
4. BANANA (hidrira organizam brže od vode, a vitamini B6 i B12 smanjuju mučninu)
5. JOGURT (hladan) brzo rehidrira i osvježava.

\*

**Kosovo ili Evropa ? To je dilema ravna pitanju majka ili laptop.**

(Matija Bečković)

\*

Ljudi, zapravo, ne znaju šta je grijeh. Tumače ga kao prekršaj norme, zakona, a u suštini **grijeh je promašaj**, kao kad gađate u metu i promašite cilj. Svaki grijeh nas udaljava od Boga i od drugog čovjeka.

(Prof.Dr Radovan Bigović, Bogoslovski fakultet, Beograd)

\*

**Srbi ne dele narode na prijatelje i neprijatelje, naprotiv.  
U neprijatelje polažu svoje najveće nade.**

(Matija Bečković)

\*

SEKS poslije svađe je najbolji:

- Svađa podiže nivo testosterona kod muškarca, a to pojačava seksualnu želju i libido.
- Svađa ženu razdražuje, a seks je smiruje.
- Fizički kontakt i dodiri smanjuju nivo hormona stresa.
- Seks usmjerava čula na uživanje i izaziva pojačano lučenje „hormona sreće“ oksitocina.
- Seks oslobađa od negativnih emocija pa partneri prestaju da razmišljaju o sukobu i razlozima.

(„Život plus“)

\*

Prijatelj se u nevolji poznaje. Samo ga treba u nju uvaliti.

(Mijo Miranović)

\*

**Ako želite nešto da dobijete,  
vodite računa o tome koje doba dana je najpovoljnije za to :**

- Za veću platu ili bolje radno mjesto sa šefom razgovarajte oko 13 h. Tada šefovi najčešće pozitivno reaguju na zahtjeve svojih podčinjenih.
- Rasprave sa ženama oko podneva treba apsolutno izbjegavati, jer su tada najnervoznije i veoma raspoložene za svađu. A ako želite da ih „pobijedite u svađi“, to će vam najlakše poći za rukom oko 15 h, jer im tada najčešće opada tenzija i volja da se raspravljaju.

(„Život“)

\*

Na Badnje večere tip sa fantomkom upada u supermarket, uperi pištolj u kasirku i poviče:  
„MIR Božji, ovo ja pljačka !“

\*

Otomanska imperija, Austrougarska carevina, Nemačka, NATO.  
U našoj grupi nema lakih protivnika.

(Dejan Tofčević)

\*

40% žena ima urođeno ravna stopala, a 3,5% ih stekne ako previše vremena provode stojeći i hodajući na štiklama. Ravna stopala nastaju zbog gubitka proteina u tetivama i spuštanja stopala. Posljedice toga su otežano hodanje i bolovi u stopalima, listovima, koljenima, kukovima i leđima, pogotovo u menopauzi. Međutim, slični problemi mogu nastati i kod nošenja ravne obuće (baletanke, patike, ravne čizme). Rješenje su potpetice od 3,5 cm i češće odmaranje od neprikladne obuće.

\*

„Normalno je da moraš da operišeš srce, jer si ga cijelog života svima davao !“

(Rade Šerbedžija – Kemalu Montenu)

\*

**Blagotvorno djelovanje muzike na ozdravljenje od mnogih bolesti odavno je poznato, a sada i dokazano istraživanjima doc.dr. Predraga Mitrovića iz Beograda.**

Odgovarajuću, instrumentalnu, stručno preporučenu muziku iz bilo kog žanra, a najbolje klasičnu, sa tempom nižim od broja udara srca potrebno je slušati ujutru i uveče po 12 minuta, tokom dva mjeseca i kod mnogih bolesnika će doći do poboljšanja psihofizičkog stanja i smanjenja potrebe za lijekovima.

Muzika Johana Sebastrijana **Baha** je dobra uz terapiju za sniženje povišenog krvnog pritiska. Muzika Đuzepe **Verdija** može da pomogne u liječenju migrene, a **A. Vivaldija** u liječenju epilepsije. **Mocartova** muzika se preporučuje kod erektilne disfunkcije, a Mihaila **Glinke** kod dijabetičara. Osobama sa hipotenzijom odgovara muzika Antonjina **Dvoržaka**, a astmatičarima Johanesa **Bramsa**.

Muzika **Čajkovskog** je povoljna kod srčanih bolesnika, hipertoničara i osoba sa povišenim holesterolom, dok muziku Anunci Paul **Mantovanija** ili Grigovo „Jutro“ treba da slušaju dijabetičari koji pate i od srčane slabosti.

(Press)

\*

Bol nemoj gušit' svoju, bol ti preduboku !  
Pusti neka tužba tvoja odjekuje širom zemlje !  
I nek traje vjekovima !

(Vladimir Nazor „Majka pravoslavna“, 1943.)

\*

U imućnijim kućama on ima svoj, a ona svoj kompjuter.  
Nisu umreženi i međusobno ne govore.

(Ranko Guzina)

\*

Nakon jedne premijere u Los Angelesu našem Radetu Šerbedžiji prišao je američki **general Vesli Klark** i rekao : „Oooo, vi ste fantastični, apsolutno fantastični, Vaša gluma je sjajna !“ i odmah dobio „povratnu informaciju“ : „Hvala, generale, ali se bojim da ne mogu da kažem isto za Vas i Vašu ulogu koju ste imali u mojoj zemlji.“

\*

**Dr Grafenberg** je 1950.godine prvi spomenuo **tačku G**, čijom stimulacijom žena može da momentalno doživi orgazam. Naučnici širom svijeta su nakon 60 godina istraživanja najzad priznali da nisu uspjeli da lociraju tačku G. Čak ni same žene, koje vjeruju da tačka G postoji, ne znaju gdje se ona nalazi.

\*

**BOLJE DA ME MUŽ VARA SA MEDICINSKOM SESTROM  
NEGO SA NAČELNIKOM KLINIKE.**

(Karin Pušić)

\*

**MAMURLUK** možete spriječiti ako prije odlaska na piće popijete 2 čaše svježe cijeđenog voćnog soka, jer fruktoza pospješuje sagorijevanje alkohola.

(Dr Marl Dajamond, Čikago)

\*

**Mirisni štapići i/ili mirisne svijeće** utiču na naše raspoloženje. Miris vanile, cimeta, limuna ili narandže u stanu opuštaju i unose optimizam. Za kupatilo su najpoželjniji mirisi lavande, kedra ili sandalovine.

\*

**Pred ispit ili važan sastanak** najbolje ćete se smiriti ako 5 minuta prije uzmete 85 gr mliječne čokolade ! To će vam sasvim pouzdano poboljšati koncentraciju, verbalnu i vizuelnu memoriju.

\*

U kojoj knjižari mogu da kupim CV obrazac ?

\*



Konsumacija **više od 150 ml prirodnih voćnih sokova dnevno** doprinosi razvoju karcinoma debelog crijeva, gojaznosti, (pre)opterećenju jetre i nakupljanju proteina, beta-amiloida u mozgu i nastanku Alchajmerove bolesti !  
(Univerzitet Bandor)

\*

Neprijatne naslage masnoća i smrad sa zidova **kante za otpatke** možete očistiti tako što ćete ih istrljati šakom ledenih kockica posutih prstohvatom sode bokarbone.

\*

**Ne bojim se letenja avionom, ali se strašno bojim zemljotresa.**  
(Vesna Vulović, stjuardesa JAT-a, jedina preživjela osoba u padu aviona iznad Srpske Kamenice u Čehoslovačkoj, 26.1.1972.god.)

\*

JANUAR je koban mjesec za opstanak emotivne veze, jer su ljudi tada depresivni zbog kratkih dana, više vremena provode u kući i češće se svađaju.

\*

I vino i ja bismo ostarili da se nismo sreli !

(Mihajlo Ćirković)

\*

Na klinici „**RUS Medik**“ u **Beogradu** narkomanija je izlječiva u 90% slučajeva. Liječenje nije bazirano na metadonu, koji je i sam opijat i može da izazove još veću zavisnost, niti na benzodiazepinima, već na što bezbolnijoj detoksikaciji, a zatim tretmanom bioinformacionim aparatom. Ovaj aparat tokom sna i u nekim stanjima svijesti posebnim frekvencijama umiruje određene centre u mozgu u koje je narkoman „ufiksirao“ patološku informaciju da je heroin ime za opuštanje, druženje, dobro raspoloženje i radost i formira drugi centar koji mu govori da je heroin ime za patnju, užas i smrt. Nakon toga se kod pacijenta formira novi smisao života, razvijaju talenti i interesovanja. Čovjek mora biti ispunjen, jer praznina vodi dosadi, koja može preći u anksioznost, potom u depresiju. Dakle, suština ruskog metoda liječenja narkomanije je čovjeku vratiti radost života i tako ga zaštititi od povratka prošlosti.  
(Dr Viktor Šubajev)

\*

Ako već danas postaneš prvi, kako ćeš sutra biti bolji ?

(Marjan Hren)

\*

Kontroverzni berzanski špekulant, investitor čije je bogatstvo raslo uprkos globalnoj recesiji, **Džordž Soroš** kaže:  
„Evropa se suočava s potonućem u haos i sukobe, a svet sa najopasnijim periodom u istoriji, razdobljem zla. Dolaze vremena u kojima će najvažniji biti puki opstanak !“

(Press)

\*

Vjerujem u budućnost B i H, iako za to treba čvrsta vjera. Mora se uvažavati identitet i sloboda drugoga. Nema ništa ljepše nego voljeti ljude, čak i one koji vas ne vole.

(Vladika Grigorije)

\*

**Zdrave namirnice** djelotvorno utiču na raspoloženje i neka stanja:

- Čokolada smanjuje stres.
- Jaja, sjemenke, čuretina smiruju predmenstruacioni sindrom (PMS).
- Jabuka sa maslacem od kikirikija smiruje razdražljivost i daje energiju.
- Losos, haringa, skuša, sardine popravljaju raspoloženje i stanje kardiovaskularnog sistema.
- Zeleni čaj smiruje ljutnju i bijes i popravlja koncentraciju.
- Žitarice, mlijeko, gljive ublažuju tugu darujući organizmu dovoljno C i D vitamina.
- Spanać, pasulj, pečurke sprečavaju tromost, popravljaju cirkulaciju i pamćenje.

\*

**U diskusiji za okruglim šankom izneto je mišljenje da je komovica veoma lekovita, mada postoje i neke kontraindikacije.**

(Ranko Guzina)

\*

**Pišajući uz vetar, sve smo uprskali !**

(Zoran T.Popović)

\*

Po austrougarskom popisu 1910.godine u Bosni i Hercegovini je živjelo 826.000.- Srba i za 214.000.- više od muslimana. Po popisu 1991.g. bilo je 535.000.- muslimana više nego Srba. Tokom 20.vijeka ubijeno je 1,389.000.- Srba, među njima mnogo žena i djece.

(Institut za istraživanje srpskih stradanja u 20.vijeku)

\*

## NEMIRNA SAVJEST NAJBOLJE SE LIJEČI ZABORAVOM.

\*

U stabilnim vezama, koje traju duže od 3 godine, partneri imaju sličan ukus u odabiru hrane, dok u nestabilnim te sklonosti se značajno razlikuje.

\*

**Ljubljenje** predstavlja prijatnu aktivnost koja aktivira dijelove mozga zadužene za euforiju i podiže krvni pritisak. Svakim poljupcem aktivira se 34 mišića i potroši po 20 kalorija u minutu. Ljubljenje nepogrešivo govori o kvalitetu emotivne veze. Oko 10% ljudi uopšte se ne ljubi.

\*

**MANDŽURIJSKI KANDIDAT** je osoba koja je po mentalnom sklopu podobna za manipulaciju. Bira se među malim sujetnim ljudima, koji su povodljivi, gramzivi, lakovjerni, prevrtljivi, seksualno devijantni i psihološki neformirani kao ličnosti. Lako ih je ucjenjivati, pa ako im se da neki važan društveni položaj, da bi ga sačuvali, spremni su na sve !

\*

Ima li mržnja seme iz kojeg niče ?  
Moguće je da su to ljubomora, zavist, sujeta, strah !  
Ipak, češće su to bahatost, osiljenost, pohlepa i ludilo pojedinaca.

(Ljubivoje Ršumović)

\*

**Kako sam mogao da znam da su te žene bile prostitutke kad su sve bile gole ?**

(Dominik Stos-Kan, bivši predsjednik MMF-a)

\*

Brak je velika škola. U njemu sam naučio i da kuvam.

(Aleksandar Čotrić)

\*

## VRSTE LJUBAVI

**Narcisoidna** predstavlja takav odnos u kojem jedan od partnera ima stalnu potrebu da mu se drugi divi i obožava ga.

**Zavisnička** ljubav podrazumjeva vezu u kojoj se jedan partner podređuje drugom, žrtvuje se za njega do potpunog odricanja od samoga sebe. Karakteristična je za slabe i nesamostalne ličnosti koje stalno nešto brinu.

**Imaginarnu ljubav** ostvaruju oni koji vole da vole, romantične, sanjarske umjetničke duše koje potpuno idealizuju partnera ili gaje ljubav prema nekome nedostižnom.

**Tjelesna** ljubav je usmjerena samo na seks i bez dubokih je emocija. Takvu ljubav preferiraju sebične osobe koje su u djetinjstvu bile zanemarivane i sa iskustvom odbacivanja.

„**Dva plus**“ je ljubav partnera koji smatraju da im jedna osoba nije dovoljna i da ne može da odgovori njihovim potrebama i zahtjevima. Zbog toga se odlučuju da to nadoknade kroz „paralelne veze“.

„**Dva minus**“ je neuzvrćena ljubav koja ne dozvoljava ljudima da vole nekog drugog, jer su stalno opterećeni pitanjima da li su sve uradili da bi ostvarili vezu sa svojim „savršenim“ partnerom. Ova vrsta ljubavi može se dogoditi svakome i samo neki mogu da smognu snagu da u ljubavi krenu dalje, a nekima nažalost, neuzvrćena ljubav odredi čitav život.

\*

**Neuredan radni sto** podstiče kreativnost i čini da nam misli budu bistrije, a usredsređenost na radne zadatke bolja.  
Albert Ajnštajn je imao izrazito neuredan radni sto !

\*

**Spora pravda je nepravda.**

(Latinska)

\*

Nisu ga ubili što je video da je car go, već da car nema muda.  
Dakle, stradao je zato što je video ono čega nema.

(Radmilo Mičković)

\*

**Bosna je tako mala zemlja da u njoj nemaš gdje zakopati ratnu sjekiru !**

(Ekrem Macić)

\*

Razne mentalne aktivnosti (čitanje, ukrštene riječi, sudoku i sl.) u početku usporavaju intelektualno propadanje, ali poslije izvjesnog vremena zapravo, ubrzavaju napredovanje demencije kod ljudi kod kojih je ta dijagnoza postavljena, u odnosu na one koji nisu toliko intelektualno aktivni.

(Dr Robert Vilson, Medicinski centar Raš, Čikago)

\*

Istraživanje u pet velikih francuskih bolnica pokazalo je da su u svom radu najsigurniji hirurzi u kasnim 30-im i 40-im godinama života.

\*

**Pitali jednog šaljivdžiju da li je ikad u životu davao mito ?  
Nudio sam više puta, ali niko nije hteo da primi !**

(Ranko Guzina)

\*

#### KULINARSKA PRAVILA

- Jaja su idealna namirnica za početak dana (doručak).
- Kuvana jaja zadrže više hranjivih sastojaka u odnosu na pržena.
- Ako želite meko kuvano jaje onda ga iz frižidera direktno potopite u hladnu vodu sa 3 poprečna prsta vode iznad i čim voda provri sklonite ga sa ringle.
- Ako ga poslije skidanja sa ringle ostavite u toj vodi još pola sata, dobićete tvrdo kuvano jaje.
- Ako kuvano jaje operete pod mlazom hladne vode, lakše ćete skinuti ljusku.
- Pačija jaja su veća i hranjivija, ali se moraju duže kuvati radi uništavanja bakterija u njima !
- Jaja prepelice jačaju imunološki sistem i bolje je da se konzumiraju pržena, jer kuvanjem gube antioksidans lecitin, važan za zdravlje očiju.

\*

**Na svakih 13 sekundi u svijetu se dogodi 1 razvod.**

\*

**Takmičenje nije u prirodi pravoslavlja**, a trijumf nad protivnikom ne donosi blagodat, kao što je to pobjeda nad samim sobom. Jedini prihvatljiv sport dostojan istinskog vernika jeste post, molitva i duhovno uzdizanje. Pravoslavlje koje nas uči pokoravanju, poniznosti i oprosttu tuđih greha, ne uklapa se u pobjednički mentalitet sporta.

Drugi teolozi, pak, u sportu vide borbu čoveka sa samim sobom, koja ima puno zajedničkog sa asketizmom. Naime, sportisti se ponašaju monaški i lišavaju se brojnih zadovoljstava pomerajući sopstvene granice, težeći ka višem i boljem, pogleda uprtog ka napred, sutrašnjem danu, sledećem koraku. Iako postoji opasnost od gordosti, sportista čija je snaga utemeljena u veri, retko će se pogorditi.

\*

Čovjek koji slijedi je rob.  
Čovjek koji misli, slobodan je.

(Robert Dž. Ingersol)

\*

**Kada prekinete sa pušenjem cigareta**, dnevno ćete sagorijevati oko 200 kalorija manje. Zbog toga bivši pušači dobiju na težini 2-5 kg, ali vrlo brzo mogu odgovarajućom ishranom i redovnim fizičkim aktivnostima i da se vrate na staru tjelesnu težinu.

**Prestanak pušenja donosi veću dobit nego što neki kilogram viška donosi štete.**

\*

**Političari** lijeve orijentacije („ljevičari“) imaju razvijenije dijelove prednjeg korteksa mozga, koji su povezani sa hrabrošću i pozitivnim odnosom prema životu. Kod „desničara“ je razvijeniji dio mozga zvan amigdala, koja je povezana sa emocijama i anksioznošću. Zbog toga političari desne orijentacije burnije reaguju na negativne stimulanse (neistomišljenike), dok su ljevičari blagonakloni prema pozitivnim stimulansima i istomišljenicima.

\*

**Ljudi koji imaju istu boju kose strasnije se ljube od drugih parova.**

\*

**Medijski jezik i govor** vrvi greškama svih vrsta : fonetskim, akcenatskim, pravopisnim, morfološkim, stilskim, logičkim ; to prosto izluđuje one koji to znaju !

(Prof. Milorad Telebak, lingvista)

\*

Hrana u čiju pripremu su kuvarica ili kuvar uložili trud, nježnost i ljubav ima bolji ukus, ali zavisi i od toga kako percipiramo ljude koji su je pripremali.  
Zato je sarma koju spremi naša majka najbolja na svijetu !

**Dobre namjere dovode do većeg užitka, a zle do lošeg rapoloženja.**

(Prof. Dr Kurt Grej)

\*

Tri najbogatije porodice na svijetu imaju više novca nego 48 najsiromašnijih svjetskih država.

\*

SKLEROZA JE ODLIČNA BOLEST ; NIŠTA NE BOLI, A STALNO ČUJEŠ NEŠTO NOVO.

\*

### **STILOVI LJUBAVI** po Džon Alan Liju

EROS je fizička ljubav ispunjena požudom i erupcijom strasti. Partneri žele da su uvijek zajedno, ne znaju za kompromise, posesivni su, ljubomorni i često se svađaju ; jednostavno „ludi su od ljubavi“. Kraj takve ljubavi je vrlo bolan.

LUDUS ljubav je manipulativna, lažna igra emocijama, u kojoj šarmeri i zavodnici bez pokrića kontrolišu svog partnera, a kada ga ubijede da je centar svijeta, odu hladno kod ljubavnice. Ove ljubavi se ipak dugo pamte.

MANIA je ljubav protkana intenzivnim emocijama, bez kontrole i razumnih granica. Ova ljubav je za partnere jedini cilj života, impulsivna je, nestrpljiva i nestabilna, u stvari, iluzorna.

STORGE je nježna i dogovječna ljubav bazirana na sličnosti partnera. Razvija se postepeno iz prijateljskog odnosa, međusobne podrške i s puno raumijevanja.

PRAGMA je zdravorazumska ljubav sa „prikladnim partnerom“ s kojim nema iznenađenja, ni rizika, ali ni patnje poslije raskida.

- Najlakše je ostvariti vezu sa partnerom istog stila ljubavi.
- Najbolje se slažu MANIA i EROS.
- Najgora kombinacija je LUDUS i STORGE.
- Muškarci uglavnom vole LUDUS i MANIA ljubavlju, dok su žene sklonije stilovima STORGE i PRAGMA.

\*

### **Žene se šminkaju da muškarcima zamažu oči.**

(Aleksandar Čotrić)

\*

**POROĐAJ** nakon dvosatnog boravka porodilje u vodenoj kupki od 37° C, obavlja se na klasičan način, brže i sa manje bolova. Ako porođaj slučajno krene tokom boravka u kadi može se završiti na licu mjesta i bez opasnosti po novorođenče, jer se radi samo o prelasku iz jedne vodene sredine u drugu.

\*

Smrtnost žena kod „carskog reza“ je deset puta veća nego kada je riječ o prirodnom porođaju. Zato „carski rez“ nije opcija koja se bira, već nužna operacija kada postoje opravdani medicinski razlozi (indikacije).

\*

Sve laži završavaju ružno.

\*

Kao pravniku, sudski proces u Haškom tribunalu ostao mi je potpuno nejasan. Pre svega to da Sud i Tužilaštvo čine jedno isto telo – Haški tribunal.

**A mi učimo studente prava da je jedna od najvećih tekovina u demokratskoj evoluciji pravosuđa razdvajanje funkcije optužbe od funkcije suđenja.**

Dalje, sam Sud propisuje sebi pravila postupka koje menja u već započetim procesima. Na početak suđenja može se u pritvoru čekati godinama. Optuženi koji je oslobođen optužnice, posle godina provedenih u pritvoru, nema pravo na nadoknadu štete

(Prof.Dr Ratko Marković)

\*

Ko ima obraz ima i dušu.

\*

**SEVDALINKA** je gradska ljubavna pjesma proistekla iz srpskog naroda i mnoga djela iz tog pravca nemaju svog autora, što je poslužilo muslimanskim muzičarima da ih prekravaju i proglašavaju svojom baštinom. Mnogi tekstovi su nakon dolaska Osmanlija na ove prostore prepjevani pa je tako pjesma „Ah, moj dragi“ preimenovana u „Ah, moj Aljo“. Takođe se zna da su pjesme „Djevojka sokolu zulum učinila“, „Zarastle su staze moje“, „Sedamdeset i dva dana“ ili „Jovo kuje konja po mjesecu“ srpske tradicionalne pjesme, a da im je naknadno utisnut pečat sevdalinke. Tradicionalna pjesma i sevdalinka su dva različita pojma i opasno je njihovo poistovjećivanje. Sevdalinku su neosnovano prisvojili Muslimani.

(Sanja Pupac, etnomuzikolog)

\*

Što je dnevni unos kalorija veći, veći je i rizik od gubitka pamćenja.

(Jonas E.Gejd, Klinika Mejo)

\*

Dugogodišnje istraživanje Univerziteta Kil pokazuje da se osobe koje umjereno psuju i koriste ružne riječi osjećaju bolje i lakše podnose bolove i stres. Međutim, ako u tome pretjeraju, analgetski učinak se smanjuje.

(Dr Ričard Stivens, psiholog)

\*



Transskript „presretnog“ razgovora na pijaci Kalenić :

- Bako, zašto vam je roba tako skupa ?
- Nije ona, 'ćero, skupa nego si se ti loše udala.

\*

Kad država puca svi su na nišanu.

(Dejan Tofčević)

\*

**Ilija GARAŠANIN**, tvorac **NAČRTANIJA**, predlagao je stvaranje ujedinjene srpske države, ali i formiranje države Južnih Slovena, te Savez balkanskih naroda. Bio je veliki državnik s kojim su saradivali jedan Štrosmajer, Gaj, Njegoš, Rakovski, hercegovački franjevci i bosanski begovi ! Garašanina je američki istoričar Dejvid Mekenzi nazvao balkanskim Bizmarkom.

(Čedomir Antić, istoričar)

\*

Najviše kose imaju žene prirodne plavuše, u prosjeku 146.000 folikula, zatim crnokose 110.000, smeđokose 100.000, a najmanje riđokose, koje u prosjeku imaju 86.000 folikula.

Kosa raste brzinom od 1,54 cm mjesečno ili 0,4 mm dnevno.

Zdravi nokti rastu brzinom od oko 1 mm nedjeljno ili 4 mm mjesečno. Nokti na rukama rastu 4 puta brže nego nokti na nogama.

\*

**MNOGO ZAKONA – LOŠE PRAVO.**

(Latinska)

\*

Za opštu detoksikaciju organizma pobornici narodne medicine preporučuju da se ujutru, natašte, uzima po jedna kašika djevičanskog maslinovog ulja sa kašikom limunovog soka.

\*

Ljudi koje stalno pričaju kako su zdravi i kako se dobro osjećaju, žive duže i zdraviji su, nego osobe koje su stalno tvrdile da su loše, pokazalo je jedno 30-godišnje istraživanje u SAD.

\*

**EDVARD BERNAJS** (1891-1995) važio je za maga u stvaranju laži koje postaju istine, ocem pi-aringa (PR) i spinovanja. Upamćen je po mnogim uspješnim predizbornim političkim kampanjama, „utjerivanju demokratije“ u mnogim zemljama, a naročito po tome što je Amerikance (sada najgojazniju naciju) ubijedio da je najbolji obrok doručak sa slaninom i jajima (Bake and eggs), te da su žene borci za ravnopravnost polova sa cigaretom u ustima otmjene i slobodne („baklja slobode“). Njegova knjiga „**Propaganda**“ (1927.) postala je biblija marketinga.

\*

Ako vam je Bog svedok da ste u pravu,  
teško ćete istinu isterati pre Strašnog suda.

(Nebojša Ivaštanin)

\*

Dobar partnerski odnos je onaj koji obezbjeđuje dugoročno hedonističko zadovoljstvo tj. dugoročne prijatne doživljaje osobama koje su u vezi ili u braku. A to bez slobode nije moguće.

(Albert Elis)

\*

Muškarci koji mnogo vremena provode sa ženom i njenim prijateljicama,  
znatno češće pate od erektilne disfunkcije.  
Sa druge strane, žene koje svoje muškarce vode na druženja sa prijateljicama  
teže doživljavaju orgazam !

**Jednostavno, manjak slobode u vezama uništava seksualni život.**

(„Život plus“)

\*

**AKO NEKOG VOLIŠ, PUSTI GA DA ODE. AKO SE VRATI, ZAUVIJEK ĆE BITI TVOJ.**

\*

**U Jevanđelju po Varnavi** iz VI.vijeku, koji kruži internetom, piše da je Isus rekao da će se mesija zvati Muhamed i da će biti arapskog porijekla. Turski ministar za kulturu Ertugal Gunaj je ovo istakao kao krucijalni dokaz „da postoje dvije glavne grupe vjernika : muslimani i muslimani u zabludi, oni koji klanjaju i oni koji će klanjati kada im se otvore oči“.

(Press)

\*

**Košulje uskih okovratnika sa čvrsto vezanom kravatom** mogu da uspore cirkulaciju prema mozgu, izazvati glavobolju, omaglice i porast intraokularnog pritiska, koji je riziko faktor za nastanak glaukoma ! U mnogim bolnicama ljekari već odavno ne nose kravate.

\*

Kad dajete savete, ostavite neki i za sebe !

(Vladimir Prohorov)

\*

Jedno internet istraživanje je pokazalo da su ženama privlačniji muškarci koji nose naočare, jer ih one doživljavaju kao inteligentnije, pouzdanije, vrednije i seksepilnije potencijalne partnere od onih kojima naočare nisu potrebne.

\*

**Ko ima svetla u sebi i drugima osvetljava put.**

(Peko Laličić)

\*

**Švajcarski ljekar Viktor Kun** (1887-1919) je, pored Arčibalda Rajsa, još jedan dobrotvor koji je kao hirurg i infektolog tokom Drugog balkanskog i Prvog svjetskog rata aktivno učestvovao u Srbiji i izliječio mnogo srpskih vojnika od tifusa, kolere i tuberkuloze, a zatim otvorio i sanatorijum u Švajcarskoj, za ranjene i oboljele Srbe.

O svojim ratnim iskustvima objavio je 5 knjiga i 200 oštih, polemičkih članaka u uglednim listovima o tome šta se zaista događalo na bojištima Kraljevine Srbije.

Ubio ga je 21-godišnji srpski vojnik u stanju psihičkog rastrojstva prilikom posjete bolesnom bratu, koji se liječio u sanatorijumu Dr Kuna u selu Lejzin u Švajcarskoj.

\*

MOLSKA muzika je izraz duše, a DURSKA je glas razuma.  
Pravoslavna muzika je uglavnom molska, a katolička durska.

\*

**Gazirani dijetetski napici** možda doprinose vitkoj liniji, ali oni koji ih konzumiraju svakodnevno, naročito stariji, izloženi su za 44% većoj opasnosti od infarkta srca i moždanog udara !

(Journal of General Internal Medicine)

\*

**Lako je izračunati plodne dane.  
Treba samo dodati devet meseci.**

(Dejan Milojević)

\*

**Psihička patnja zbog prekida ljubavne veze** stvara osjećaj bola koji može biti isti kao kod preloma kostiju ! To je zbog toga što se i emotivna bol procesira u istim dijelovima mozga kao i fizička bol. Lijek izbora je analgetik (paracetamol), ali se ipak ne preporučuje, jer već u austrijskim apotekama postoji lijek AMOREKS, baziran na prirodnim sastojcima. Inače, emotivna bol je zdrava reakcija organizma koja nas upozorava da više ne ponavljamo takva iskustva.

\*

**Pilule za spavanje** povećavaju rizik od prerane smrti za 4 puta, a takođe se dovode i u vezu sa 35% većim rizikom za nastanak raka !

\*

Ljudi iz privilegovanih društvenih slojeva (**elita**) imaju veću sklonost od drugih da lažu i krađu (od bombone do lokomotive !), jer imaju veću motivaciju za pronalaženje ličnog interesa u mnogim situacijama (**pohlepa**).

Pripadnici viših društvenih slojeva su nezavisniji i manje obzirni, pa samim tim i manje zabrinuti šta će drugi reći za njihove loše postupke.

(Univerzitet Berkli)

\*

**Najnesebičnija radnja koju neko može učiniti je da sve dobro prosleđuje dalje, čak i onima koji možda to i ne zaslužuju.**

\*

Sada kada je EU više unija, a manje evropska, neke bismo umesto evropejcima mogli da zovemo unijatima.

(Dalibor Drekić)

\*

**PONOS** se najčešće manifestuje uspravnim stavom, podignutom glavom i izrazom trijumfa na licu. Sa druge strane, pognuta glava pokazuje da se nečega stidimo.

Ova dva izraza, dakle, nisu naučene i kulturom definisane navike, kao što su npr. sreća, tuga, strah ili gađenje.

**Načini pokazivanja ponosa i stida urođeni su i isti su svuda u svijetu.**

(Džesika Trejsi, psiholog)

\*

Svi koji su okruženi ljudima kojima je **muzika** profesija, imaju niži krvni pritisak, zadovoljniji su, češće se smiju i imaju bolji imunitet, a u starosti imaju i manje problema sa demencijom i depresijom.

\*

„**Sindrom uskih pantalona**“ (u struku) podrazumijeva bolove u leđima, pritisak na periferne živce, smetnje sa varenjem, zatvor i gorušicu !

(Dr Oktavio Besa)

\*

### **BOJA automobila i KARAKTER vlasnika :**

CRVENA – energičan, domišljat, izražene seksualnosti, hrabar, ambiciozan

SREBRNA – jak, smiren, intrigantan

ŽUTA – inteligentan, duhovit, ljubazan, optimista

PLAVA – komunikativan, veseo, spreman da pomogne

ZELENA – smiren i predvidiv

„ŠAMPANJ“ – staložen, mudar, dosadan

- U saobraćajnim nesrećama najčešće učestvuju kola crvene i srebrne boje.
- Najviše se krađu vozila srebrne, bijele i metalikcrne boje.

\*

Ako osoba ne prepoznaje **miris** jagode ili dima, sapuna, mentola, karanfila, ananasa, limuna i kože, to može biti prvi simptom početka Alchajmerove bolesti.

\*

Kada je riječ o zemljama regiona i ispunjavanju evropskih uslova, B i H je najslabiji đak u razredu.

(Igor Radojčić, predsjednik NS RS)

\*

### **Ni poštenje više nije ono što je nakad bilo.**

Istraživanja su pokazala da su nevjerstvo, vožnja u alkoholisanom stanju, tinejdžerski seks i laži danas daleko prihvatljiviji nego ranije. Takođe je uočeno i sljedeće :

- Žene su poštenije od muškaraca.
- Mlađe osobe lakše opraštaju nego starije, a češće tolerišu i preljubu i laž.
- U 2000. godini 70% ispitanika je smatralo da za preljubu nema nikakvog opravdanja, a danas tako misli 50%.
- Prije desetak godina 40% ljudi je smatralo da nađeni novac treba vratiti, a danas to smatra jedva 20% !

(Prof.Dr Pol Vajtli, Univerzitet Eseks)

\*

**To da postoje ljudi koji se plaše neuspjeha lako je razumjeti, ali  
začuduje činjenica da ima osoba koje se plaše i uspjeha !**

Razlozi za to su :

- uspjeh podrazumjeva promjene, više izazova i veću odgovornost
- zebnja da ne posjeduju kvalitete potrebne za napredovanje
- strah da neće moći uspijeh da ponove
- strah da će nametnuti više standarde za okolinu i da će zbog toga biti izopšteni iz društva
- strah da će imati više neprijatelja
- strah od pada, jer više neće imati ni izazova niti novih uspjeha

**Svi ovi razlozi su dovoljni da ljudi na putu uspjeha počinju da sabotiraju sami sebe !**

Počinju da prave odstupnice kao npr.:na poslovni razgovor odu nepripremljeni ili nakon lumperajke, žurke, ili se pokažu lijenim i neaktivnim u zajedničkim projektima i sl.

Sabotiranje samog sebe je najčešće posljedica :

- roditeljskog gundanja kada dijete griješi
- kada dijete roditeljski zahtijev doživljava kao opasnost od odbacivanja
- kada kao „štreber“ postane predmet podsmijeha
- vaspitanje inatom u stilu „E, da te vidim kako ćeš sad uspjeti !?“
- „Aveljov kompleks“ – kada dijete skriva svoje sposobnosti da bi ga grupa prihvatila, što se prevodi kao : „Bolje je da budem neuspješan i voljen, nego uspješan i nevoljen“.
- Strah od uspjeha je i skromnost i prosječnost i želja da se ostane u optimalnoj „zlatnoj sredini“, da se ne bi izazivala zavist drugih.

(„

**Ljudi uvijek postižu nivo uspjeha  
koji njihova predstava o sebi može da apsorbuje.**

(Brajan Švarc, psiholog)

\*

Čitavog života sam nastojao da napredujem na društvenoj ljestvici, ali  
što sam više napredovao, bivalo je sve pokvarenije.

(Kum 3)

\*

**Kad kupujete krevet i dušek ne cicijašite !**

Kvalitetan krevet može trajati i više od 10 godina, pa ako za takav date i 1000 €,  
to je izdatak od samo 25 centi na dan !

**Nisam dovoljno bogat da bih kupovao jeftine stvari.**

(Engleska)

\*

Osobe koje spavaju **na lijevoj strani kreveta** imaju ispunjeniji život, smirene su i zadovoljne, bolje se snalaze u teškim životnim situacijama, lakše rješavaju životne probleme, brže donose odluke i uvijek su pozitivne i nasmijane.  
Osobe koje spavaju na desnoj strani kreveta češće „ustaju na lijevu nogu“.i imaju manje samopouzdanja.

\*

**Zamienio sam dan za noć.  
Danju spavam, a noću ne radim ništa !**

(Jandre Drmić)

\*

**RUKOVANJE** je odraz kulture, ponašanja i povjerenja, i zato stisak treba da bude umjeren, sa klimanjem od 2-3 puta, praćen sa smiješkom i gledanjem u oči.

- Svaki 4. čovjek ima slab (mlitav) stisak pri rukovanju i ostavlja loš utisak na druge, otkrivajući tako svoju zbunjenost, nesigurnost ili rasijanost.
- Čvrst stisak na svakoga ostavlja utisak hrabrosti, pouzdanosti, iskrenosti pa čak i dobrog zdravstvenog stanja.
- Pretjerano čvrst stisak ruke je odlika pretjerano ambiciozne osobe koja voli da dominira.
- Predugo klimanje rukom ukazuje na dosadnu, zahtjevnu i napornu osobu.
- Rukovanje sa obje ruke djeluje pretjerano i neiskreno.
- Rukovanje lijevom rukom odaje utisak neozbiljne i neodgovorne osobe.

(„Život“)

\*

**Jedni su za Veliku Srbiju, dok je drugima i ova prevelika.**

(Bojan Ivanović)

\*

Jaka i uspješna...To je žena koja je očuvala svoju porodicu u ovim teškim vremenima. To je ona žena koja je objasnila ćerki da je obrazovanje sloboda, a stid postojanost. To je ona žena koja je naučila sina da je suština od svoje ličnosti stvoriti brend, a ne šepuriti se odjeven u majicu sa krokodilom na mjestu gdje treba da stoji državni grb. Jaka i uspješna žena je ona koja i klin čorbu iznese na sto sa dostojanstvom i vjerom da će sutra biti mnogo, mnogo bolje.

I vesela simfonija srkanja ispuni dom.

(Nikola Apostolović)

\*

**Samo obični ljekari liječe, veliki sprečavaju da do bolesti dođe, a najveći među njima uspostavljaju harmoniju između prirode i čovjeka.**

(Kineska)

\*

Svakodnevno konzumiranje 2 čaše jogurta pouzdano  
**prevenira nastanak parodontoze.**  
Mlijeko i sir nemaju takav učinak.

\*

Zapaženo je da žene jedu više u društvu prijateljica i drugih žena,  
nego kada su u društvu muškaraca.  
Muškarci više jedu kada su sa ženama, nego u društvu sa drugim muškarcima.

Stvar je u podsvjesnom ubjeđenju žene da je ženstvenija ako manje jede u društvu muškarca, a muškaraca da su muževniji ako više jedu u prisustvu žene.

\*

Višak kilograma i gojaznost je hronična bolest koja nastaje zbog uvećanja masnog tkiva. Ključni hormon masnog tkiva je LEPTIN i odgovoran je za smanjenje apetita, ali samo kod negojaznih osoba; kod gojaznih je nivo leptina povećan. Leptin pomaže mozgu da napravi ravnotežu između unosa i potrošnje hrane. Kod negojaznih osoba funkcija leptina je očuvana i zato ne pretjeruju sa uzimanjem hrane, dok je kod gojaznih djelovanje leptina narušeno (leptinska rezistencija).

Hormon gladi ili apetita GRELIN, koji se luči u želucu, crijevima i hipotalamusu pak, mozgu diktira koliko će osoba uzeti hrane. Dok smo gladni nivo grelina je visok, a tokom uzimanja hrane taj nivo opada. Međutim, kod gojaznih osoba nivo grelina tokom jela ne opada dovoljno da bi se javio osjećaj sitosti. Prilikom raznih dijeta grelin „podivlja“, zato kratkoročne dijete nisu efikasne !

Jedina istina je da redukcija tjelesne težine treba da traje onoliko dugo koliko dugo traje i gojaznost. Masne ćelije luče još oko 20 supstanci adipocitokina, koje utiču na krvi pritisak, nivo šećera u krvi i druge procese u organizmu.

(Prof.Dr Jagoda Jorga)

\*

NARCISOIDNI muškarci imaju povišen nivo kortizola u krvi, čak i u opuštenim situacijama, a to može da dovede do porasta krvnog pritiska i srčanog udara !

(Univerzitet Mičigen)

\*

**Ne može šut sa rogatim, ne može sa bogatim, a ne može ni sa bahatim.  
Pa s kim može ?**

(Ranko Guzina)

\*

## PRSTEN

- Žene koje nose samo jedan prsten na ruci su vrlo autoritativne, a one sa više prstenja društvene.
- Upadljivo veliko prstenje nose žene jake volje i velikih organizacionih sposobnosti.
- Tanko i neupadljivo prstenje ukazuju na stidljivu, nesigurnu, romantičnu ženu.
- Četvrtasto prstenje biraju ekscentrične i ambiciozne osobe, a okruglo tradicionalne, porodične žene. Prsten ovalnog oblika biraju buntovnice.
- Prsten u obliku suze otkriva melanholični karakter, dok srcoliki prsten biraju „vječite djevojčice“.



- Prsten na kažiprstu nose žene liderskih sposobnosti, a na srednjem prstu osobe kojima je važan materijalni i društveni status.
- Prsten na domalom prstu („prstenjaku“) nose žene sklone porodičnom životu, a na malom prstu – kreativne, maštovite i hrabre osobe.
- Prstenje na svim prstima je izraz želje da se ima emocionalni i energetski štit !
- Prstenje na desnoj ruci nose praktične osobe koje čvrsto stoje na zemlji, a na lijevoj – sanjari koji jako drže do prijateljstva.
- Dame koje ne nose prstenje žele da negiraju svoj ženski princip.

(Život)

\*

Osobe koje drže dijetu često se odriču redovnog obroka i umjesto toga popiju „koka-kolu“, „fantu“ ili „šveps“. Budući da čaša gaziranog pića sadrži oko 27 gr šećera, osoba koja svakodnevno popije samo jednu čašu od tih pića tokom mjesec dana unese čak 3200.- suvišnih kalorija.

**To znači da se za godinu dana samo od gaziranih sokova može ugojiti čitavih 5 kg !**

**Ubuduće kada ožednite popijte vodu ili umjesto soka iz flašice koja šušti, posegnite za svježim sezonskim voćem i sami napravite sok svojeručno i u količini koju možete odmah popiti. Nepopijen sok u roku od pola sata gubi skoro sva korisna svojstva.**

\*

**Ko je kriv za rat u Jugoslaviji ?**

**Nasilno razbijanje Jugoslavije samo po sebi je krivično delo i niko ga ne može opravdati u međunarodnom pravu, a nasilno čuvanje je ustavna obaveza.**

(Dr Vojislav Šešelj pred Tribunalom u Hagu)

\*

Naš glas nosi više informacija od riječi koje izgovaramo.

Političara atraktivnog izgleda i dubokog glasa većina ljudi smatra talentovanim, ljubaznijim, poštenijim i inteligentnijim od drugih, i rado im daje svoj glas na izborima.

(Rindi Anderson, Univerzitet Sjeverna Karolina)

\*

**Moja stambena jedinica** sastoji se od jedne sobice, ali je mnogo lep raspored !

(Milan Beštić)

\*

**Žena koja nosi narukvicu na desnoj ruci** želi da je poštovana, brzo donosi odluke, a prema muškarcima je konfrontirana i očekuje njihovo pokoravanje.

**Žena sa narukvicom na lijevoj ruci** je jedna nježna priroda, neodlučna, emotivno zavisna i - nepouzdana.

\*

IZBOR odjeće koju nosimo zavisi od našeg raspoloženja.  
„Srećna odjeća“ je živih boja, dobrog kroja i od lijepih je materijala.  
Kada smo neraspoloženi uglavnom nosimo džins uz široke majice ili duks.

\*

Ne znam ni ćirilicu ni latinicu.  
Za mene su oba pisma ravnopravna.

(Zoran T.Popović)

\*

Vremena se mijenjaju i mi se mijenjamo u njima.

\*

### **10 najvećih grešaka u komunikaciji sa šefom :**

1. Nepoštovanje autoriteta
2. Omalovažavanje znanja nadređenog
3. Pretjerana iskrenost ili neiskrenost
4. Pretjerano povlađivanje i poltronstvo
5. Nepromišljenost
6. Spletkarenje i ogovaranje
7. Nedostatak inicijative
8. Lijenost i izbjegavanje odgovornosti
9. Preuzimanje tuđih zasluga
10. Neprofesionalnost i neljubaznost prema klijentima

\*

Prema jednom istraživanju neke žene se lako zaljubljuju u dripce iz kriminogenog miljea. Obično su to žene niskog samopoštovanja. Njihov život uz tzv „**žestoke momke**“ odjednom postaje veoma uzbudljiv, imaju mogućnost „da budu u centru pažnje“, da prkose nekim društvenim normama, a sve to im postaje i „jak afrodizijak“. Svog partnera doživljavaju kao pravog muškarca, koji se u surovom svijetu bori za moć i novac, dakle, moć i novac.

Psihološki profil njihovog izabranika krasi „mračna trijada“ :

1. Dobar je lažov.
2. Krajnje je sebičan.
3. Sklon je impulsivnom ponašanju, bez obzira na posljedice.

Svaki mafijaš koji drži do sebe, ispunjava sva tri pobrojana uslova.

(Pressmagazin)

\*

**Evropa bez granica – to je san svakog švercera.**

(Ranko Guzina)

\*

Ma, ništa mi mrže nema nego kada za nas Bošnjake u ovim krajevima kažu :„Vidi onog Turčina !“ Ljudi moji, kakvog Turčina, mi sa njima nemamo ništa. Mi smo južni Sloveni, a Turci su porijeklom Mongoli, pa ni iste rase nismo, a kamoli nacije. Samo se, eto, ta vjera ovdje prenijela kroz njihovu viševjekovnu vladavinu. Znao je to moj djed (Latif aga Tetarić) i zato nije svom narodu dao da ode tamo.

(Irfan Tetarić, unuk Latif age, „Ekstra“)

**Sevdalinka „Put putuje Latif-aga“**

Put putuje Latif-aga  
sa jaranom Sulejmanom.

Moj jarane, Sulejmane,  
jel' ti žao Banjaluke,  
banjalučkih teferića,  
kraj Vrbasa akšamluka ?

Jest' mi žao Banjaluke,  
banjalučkih teferića,  
Kul mahale Dervišića,  
i čardaka Tetarića,  
i Pobrđa Đumišića,  
i tekije Hadžkadića...

\*

Za ljubav je važna i neophodna ona lepa i slatka glupost,  
dok se za brak traži ona odvratna i surova pamet.

(Duško Radović)

\*

GAMOFODIJA je strah od braka.

\*

**Pjevanje pod tušem** je višestruko korisno za psihofizičko zdravlje :  
poboljšava snabdijevanje organa kiseonikom i rad velikih grupa mišića,  
smiruje stres i dovodi do emocionalnog blagostanja.

Naime, pod tušem se opuštaju i um i tijelo,  
a ta prijetnost se izražava – pjevanjem.

(Prof.Dr Graham Velč, Univerzitet London)

\*

Novonastale **majke** griješe kada odmah poslije porođaja počinju sa vježbama („trbušnjake“) da bi eliminisale „postporođajni stomak“ i povratile „staru liniju“. Potrebno je sačekati najmanje 6 nedjelja da bi se stomak vratio na prvobitnu veličinu, uz blage vježbe usmjerene na karlicu (stezanje i opuštanje mišića karlice tzv. „Kegelove vježbe“) koje „peglaaju“ stomak i predstavljaju prirodni korset. Izvode se 15 - 20 puta u 5 serija dnevno. Takođe se preporučuje i svakodnevna konzumacija oraha, maslina, maslinovog ulja i naročito ribljevog ulja u kapsulama (3x1 a 1000 mg).

\*

Žene koje nose **upadljive i dugačke ogrlice** su hvalisave i vole da se eksponiraju. Manje upadljive ogrlice nose vjerne i odane osobe. Ogrlica uz vrat ukazuje da žena želi da ih muškarac osvaja i nad njom dominira.

\*

**Iako je svaka žena mogla bolje da se uda nijedna to nije učinila.**

(Aleksandar Baljak)

\*

Na pitanje zašto nema kuću u Beogradu, pjesnik Jovan Dučić je odgovorio :  
“Šta će mi kuća, kad ću jednom imati čitavu ulicu ?“  
Dobio je ulice u više gradova i jednu vilu (poklon zaljubljenog grofice) u Budimpešti,  
u kojoj se danas nalazi ambasada Srbije.

\*

**LAŽOV se svojim nesvjesnim pokretima sam otkriva ili bar pobuđuje sumnju kad :**

- svoju nogu obmotava oko noge stolice ili klupe
- na direktno pitanje sa odgovorom oklijeva, zamuckuje ili kašlje („kupuje vrijeme“)
- drži ruke u džepovima (sakriva nervozu)
- obliže jezikom usne kada završi „ključnu“ rečenicu
- na podpitanja ne može da odgovori niti da ispriča prethodnu priču obrnutim redom

\*

Za **uspješan poslovni razgovor** najbolje je koristiti „tehniku ogledala“ tj. kopiranje izraza lica, gestove i mimiku šefa ili osobe s kojom se razgovora, ali sa sekundom zakašnjenja i ne previše očito !

Nikad ne gledajte u pod,  
ne igrajte se prstima,  
ne grickajte usne,  
ne tapkajte nogama i  
ne vrpaljite se na stolici, jer  
sve to stvara utisak nesigurnosti u ono šta govorite.

\*

Neko živi srećno, a neko srećom.

(Vladislav Vlahović)

\*

Muškarci ulaze u brak jer su se umorili, a žene zbog toga što su radoznale, ali ubrzo i one i oni postanu razočarani.

(Oskar Vajld)

\*

**ŽENSKA SAMOĆA** ima prednost u odnosu na život sa ovakvim tipovima muškaraca :

**Muški šovinista** : Ženi prepušta sve kućne poslove, a on ide na sve utakmice, viđa se sa starim društvom, obavezno prilegne poslije ručka. Ženi izlaske ne toleriše.

**Pobjesneli Maks** : Ženi određuje šta da obuče i ne dozvoljava joj da se šminka. Ljubomorani je na svakoga, a okreće se za dotjeranim ženama, pa čak i flertuje.

**Dosadnjaković** : Kulturalan, uglađen, obrazovan i u društvu razmetljiv. Partnerka mora da mu bude publika i da čuti.

**Cjepidlaka** : U svemu insistira na detaljima, od uređenja stana do kuvanja. Uvijek je nešto nezadovoljan i stalno nešto kod partnerke ispravlja i popravlja.

**Vežu sa ovakvim tipovima žena može da preživi samo ako ima vjeru u sebe i vatu u ušima.**

(Lučana Liticeto, „Sama kao pustinjač“)

\*

Muškarci mogu da vole samo kada nađu malo slobodnog vremena i samo one žene koje im se u tom trenutku nađu pri ruci.

(Duško Radović)

\*

**MINDUŠE** vole da nose zavodnice i šarmantne žene koje su sigurne u sebe i koje su obično uspješne u vještinama govora i diplomatije.  
Upadljive minduše ukazuju na jaku intuiciju i sposobnost „uvlačenja pod kožu“.  
Osmijeh im je jako oružje, a minduše dodatak.  
Male minduše rezervisane su za diskretne žene koje vole da se dopadaju, ali se dopadnu tek na „drugi pogled“.

\*

**Moja tašta je najbolji primer da malo zlo rađa veće.**

(Rade Đergović)

\*

Anketa 20.000.- ispitanika u 24 zemlje svijeta je pokazala da većina ljudi smatra da se sreća može kupiti novcem.  
1/3 ljudi je zadovoljna svojim životom, a 2/3 želi bolji život.  
Za 56% njih je pronalaženje srodne duše osnov za bolji život, dok 49% pronalazi sreću - u molitvi i meditaciji.

\*

**Još jedino pornografija neguje razlike između muškaraca i žena.  
Ko ne prati pornografiju, mogao bi pogrešiti iz puke neobaveštenosti.**

(Duško Radović)

\*

Na početku rata u Bosni i Hercegovini Hrvatsko-Muslimanskoj koaliciji je ostalo :  
231 tenk, 300 topova, 27 višecijevnih bacača raketa, 5.000.- minobacača,  
100.000.- automatskih i PA pušaka, 100.000.- pušaka M-48,  
5.000.- snajpera, 15.000.- puškomitraljeza i  
11.- fabrika oružja i municije.

(Ekstra)

\*

**Mržnja se nikada ne smiruje mržnjom.**

(Sidarta Gautama BUDA)

\*

**PRIHVATITE ONO ŠTO IMATE**

- Srećne osobe žele ono što mogu da postignu, a nesrećne ne mogu da imaju ono što žele.
- Srećni teže realnim ciljevima i srećni su kada ih ostvare.
- Žaliti se na ono što nam se događa je čisti gubitak vremena i energije.

#### MISLITE POZITIVNO

- Srećni ljudi uvijek sve gledaju sa vedrije strane i cijene dobre stvari u svom životu. 40% sreće je pod kontrolom naše volje.

#### NE KUPUJTE SREĆU NOVCEM

- Osjećaj sreće utemeljen na materijalnom bogatstvu brzo izblijedi.

#### NA POSLU BUDITE PRODUKTIVNI

- Srećni ljudi planiraju, organizuju i imaju ciljeve u svom poslu, dakle prioritet daju „smislu posla“, a ne prestižu i visokoj plati.
- Najbolji recept za sreću je : budimo najbolji što možemo, umjesto da budemo „najbolji na svijetu“.
- Ne treba da zavidimo osobama koje ležerno rade svoj posao.

(The World Book of Happiness)

\*

**Ako u kući više niko neće da vas sluša,  
izađite na ulicu i savetujte tuđe žene i decu.  
Neće vas ni oni slušati, ali to je manje čudo i manja sramota.**

(Duško Radović)

\*

Najpoznatiji starogrčki pjesnik HOMER, pisac „Ilijade“ i „Odiseje“, bio je ženomrzac i nije bio slijep ! – dokazao je Aleksej Mihajlovič Portnov.

Sve žene, osim Penelope, u njegovim djelima su zlobne, nevjerne, podmukle i život sa njima je pravo mučenje, čak i za bogove.

Najgora je Hera, supruga vrhovnog boga Zeusa.

„Šta da radi suprug kad se stalno svađa sa ženom ? Da se napije iz očajja, jer muškarcu iscrpljenom od truda i svađe vino snagu obnavlja...!“- pisao je Homer.

Gotovo svi teoretičari se slažu da je za „prototip“ Here Homeru, zapravo, poslužila njegova sopstvena supruga koja ga je napustila i ostavila mu djecu.

(Dragoslav Marković)

\*

**FIZIOGNOMIJA** (gr. physis=priroda i gnosis=znanje) je umijeće čitanja karaktera sa lica i tijela i koristi se u kriminalistici i u poslovnom svijetu.

- Svaki čovjek ima asimetrično lice : lijeva strana nasljeđuje se od oca, a desna od majke. Lice ima 3 zone i procjenjuje se sprijeda i iz profila.
- Gornja polovina čela pokazuje intelekt; veće čelo upućuje i na veći IQ.
- Najizraženiji dio čela (iznad obrva) ukazuje na sklonost čulnim uživanjima.
- Srednji dio čela otkriva emocije.

## OBLIK LICA

- Četvrtasto lice imaju vrlo strogi ljudi, radni i požrtvovani, dobri organizatori, dinamični, temeljni, energični i racionalni, više okrenuti materijalnim vrijednostima.
- Oblo lice imaju empatične osobe, spremne da slušaju i razumiju svakoga. To su komunikativni, elokventni i vjerni prijatelji.
- Trouglasto lice imaju ćudljive, diskretne i konkretne osobe, koje mnogo ne okoliše. Brzo misle, dobro pamte i često su lukave i proračunate.
- Lice oblika obrnutog trougla imaju ljudi koji vole svoju slobodu, kritičari svega pa i autoriteta, pravi su „skupljači neprijatelja“.
- Duguljasto lice imaju aktivni, brzi, površni, lakoumni i djetinjasti ljudi.
- Osobe punih obraza su vesele, uvijek prijateljski nastrojene, pune razumijevanja i podrške za sve.
- Ljudi ispijenog lica su zatvoreni i nepristupačni pesimisti.

\*

## OČI SU „OGLEDALO DUŠE“

- Sitne oči imaju iskrene, direktne i otvorene osobe, koje vladaju svojim životom i u nepredviđenim situacijama. Ponekad znaju biti i agresivne.
- „Srneće oči“ imaju emotivci, kreativci, maštari i solisti, koji vole duge razgovore, uživaju u životu i esteticu. Izdaju kažnjavaju !
- Krupne oborene oči ukazuju na otvorenu, tvrdoglavu osobu, sposobnu da se nosi sa životnim problemima. Čvrst su oslonac u porodici.
- Kose oči imaju šarmeri, uvijek omiljeni u društvu, ali su posesivni i bundžije.
- „Mačije oči“ ukazuju na veoma izraženu intuiciju.

## NOS

- Lijepo formiran i prosječne dužine ukazuje na uravnotežen karakter.
- Dugačak nos je izraz inteligencije, obrazovanosti i „tankih živaca“.
- Kratak nos odaje nefleksibilnu i hladnu osobu.
- „Orlovski nos“ upozorava na agresivnost „vlasnika“.
- Prčast nos je izraz oštroumnosti.
- Šiljast nos upućuje na materijalizam.
- Šire nozdrve pokazuju odlučnost i hrabrost, a uske blagost i osjetljivost.
- Nos nagnut na jednu stranu govori da su svi organi na toj strani aktivniji.

## USNE

- Pune i napućene imaju hedonisti, senzualni, zavodljivi, čulni i osjećajni tipovi.
- Tanke usne su odlika praktičnih i hladnih osoba.
- Male usne imaju osobe sklone splektarenju, nepostojane u ljubavnim i prijateljskim odnosima.
- Pravilne usne imaju dobronamjerne osobe sa visokim moralnim kriterijumima.
- Ružičastocrvene usne ukazuju na dobru cirkulaciju i probavu.



- Jarkocrvene usne upućuju na probleme sa disajnim organima.
- Blijede usne su znak loše krvne slike.
- Crvenkastobraon usne ukazuju na probleme sa srcem, bubrezima, jetrom, gušteračom i slezinom.
- Ružičastobijele usne su često znak astme ili hormonalnih poremećaja.

(„Život“)

\*

Svi mi koji smo živjeli u SFRJ bili smo žrtve strašnog represivnog aparata, koji je po broju agenata i saradnika tajnih službi bio najjači u svijetu. Ako uzmete u obzir da je na svakih 10 građana dolazio po jedan agent ili saradnik Udbe ili KOS-a, onda vidite razmjere tog fenomena. Čak ni bivši SSSR nije imao toliko agenata.

(Miljenko Manjkaš, autor dokumentarnog serijala „Jugoslovenske tajne službe“)

\*

Za poštene radnje traže se sposobni ljudi. Za nepoštene – poverljivi.

(Duško Radović)

\*

## **Dr Rik Gerd HAMER – Nova njemačka medicina**

5 bioloških zakona Dr Hamera :

1. „Gvozdeno pravilo“ : Sve bolesti potiču od šokantnog događaja ! Kod bolesnika se na CT mozga uočavaju koncentrični krugovi („Hamerovo žarište“) i koji indirektno ukazuju na lokaciju tumora i oboljeli organ u tijelu.
  2. Bolest se odvija kroz dvije faze : A.- Aktivna konfliktna faza („Hladna bolest“) kada je pojačan rad simpatikusa i pad energije. Ako bolesnik prevaziđe A. fazu, ulazi u B.- fazu („Topla bolest“) u kojoj je pojačana aktivnost parasimpatikusa. To je faza izlječenja i reparacije.
  3. Napredak bolesti je kontrolisan iz mozga. Psihosomatske bolesti potiču iz korteksa, gdje zbog konflikta, odvajanja, sukoba identiteta, obezvrjeđivanja i sl. nastaje Hamerovo žarište.
  4. Mikrobi ne izazivaju bolesti, već učestvuju u njenoj reparaciji !
  5. „Suština“ je da su bolesti (aktivna faza i faza izlječenja) nakon konflikta prirodni programi i posljedice kratkog spoja u energetskom napajanju.
- Hemoterapija i X zračenje ne izazivaju rak, već ga samo komplikuju.
  - Metastaze nastaju od naknadnog emocionalnog šoka (stres) kada se bolesniku saopšti da ima rak. (Životinje ne boluju od metastaza !)
  - Kod 40% pregleda uočavaju se stari „učaureni“ tumori, koje ne treba dirati.

- Tumori mozga ne postoje. Mogu se vidjeti gliomi iz druge faze bolesti (reparacije) na mjestu Hamerovog žarišta.
- U akutnoj konfliktnoj fazi treba davati samo vagotonične lijekove koji smanjuju stanje stresa.
- Antibiotici prekidaju prirodnu reparaciju (faza izlječenja) koju obavljaju mikrobi !
- Antibiotici, kortikosteroidi, antihistaminici, antiflogistici su simpatikotonični agensi i u fazi reparacije (vagotonije) ometaju izlječenje !
- Sedativi smanjuju motivaciju i energiju cijelog organizma.
- Citostatici su otrovni simpatikomimetični agensi i ubrzavaju rast tumora u A. fazi (aktivna konfliktna faza) i smanjuju elastičnost mozga, koji je uključen u proces liječenja.
- X zraci imaju citotoksični efekat, pa ako se organizam oporavi od tumora može nastradati od leukemije, nastale - zbog X zraka.
- Morfijum u fazi vagotonije (B. faza – reparacija, izlječenje) je fatalan, jer sprečava reparaciju i slabi životni nagon.
- Bolovi su dobar znak reparacije, pa se umire od morfijuma, a ne od raka.

\*

Nikako da nam svane, jer sunce očekujemo sa Zapada !

(Neško M.Ilić)

\*

BEOGRAD doživljam kao starijeg brata.  
Ne znam ko u njemu nije našao zagrljaj.  
To je grad u kom sem topline nema ništa drugo.

(Petar Božović, glumac)

\*

**Kreativci** varaju više od drugih jer su maštovitiji, brže razmišljaju i uvijek imaju najbolje ideje. To im najviše koristi u poslu, ali i u vezama i braku, jer uvijek imaju originalne izgovore za ljubavne avanture, kojima su posebno skloni.

\*

**Ubjedljivo sam pobijedio na konkursu za posao. Imao sam najviše apoena !**

(Veljko Rajković)

\*

Do nedavno se smatralo da je kriminogeno ponašanje posljedica socio-ekonomskih razloga, posebno siromaštva.

Međutim, istraživanja Univerziteta u Teksasu su pokazala da kod delinkvenata postoji određeni **gen** odgovoran za sklonost ka kriminalnom ponašanju. Problematično ponašanje se počinje ispoljavati još u dječijem i tinejdžerskom dobu, što **znači da se kriminalac ne postaje, već se kao takav rađa.**

(„Život“)

\*

**Kod nas je kriminal koncentrisan – na sve strane !**

(Dragoslav Živković)

\*

Blaga dehidracija (gubitak 1-2% od normalne zapremine vode u organizmu) može da dovede do promjene raspoloženja, pada energije i sposobnosti rasuđivanja, pamćenja i pojave nelagodnosti, nervoze, mučnine i glavobolje. Mlađe žene su osjetljivije na dehidraciju.

(Dr Heris Liberman)

\*

**Bira se najbolji policajac, pričuvaljete se, akcija je u toku !**

(Duško Radović)

\*

**49% ljudi prekomjerno jede iz dosade, a 51% zbog stresa i životnih problema.**

Povezanost žudnje za hranom iz emocionalnih razloga i određene hrane:

- SO – osoba je pod stresom
- ČOKOLADA – usamljenost
- GRICKALICE – ljutnja
- PUDING – emocionalna praznina
- TJESTENINE – tuga
- LJUTO začinjena hrana – dosada

\*

Veliki potrošači brze hrane (FAST FOOD) imaju za 51% veći rizik za nastanak **depresije** nego osobe sa zdravim navikama u ishrani.

(Univerzitet Granada)

\*

**Ljudi lakše lažu** („zaobilaze istinu“) **putem SMS-a** nego u telefonskom ili direktnom razgovoru. Uz to osjećaju više ljutnje pomiješane sa osjećajem krivice prema samima sebi, nego kada lažu preko telefona ili direktno u lice sagovorniku.

\*

**Kriterijumi u izboru partnera** za djevojke su: status, dobar posao, ambicioznost i prijatan fizički izgled, dok su za zrele žene to: osjećajnost, sigurnost, smisao za humor i emotivna bliskost sa partnerom.

**Međutim, ni za djevojke ni za žene, bez obzira na godine života, seks kao kriterijum u izboru partnera, nimalo ne gubi na važnosti !**

\*

MORALNOST je „tvrdo“ zapisana u mozgu svakoga od nas, pa vjera, nacionalni identitet, etički kodeks, porodica... izazivaju snažnu moždanu aktivnost, za razliku od one koja se odvija kada razmišljamo o nebitnim stvarima.

(Dr Džordž Berns, Atlanta)

\*

**„Bolje užasan kraj nego užas bez kraja !“**

(Adolf Hitler pred odsudnu bitku za Berlin 1945.g.)

\*

**GOUSTRAJTER** („pisac iz sjene“) je termin koji označava autora sa talentom za pisanje, koji svoje usluge pruža onima koji bi nešto pisali ali ne znaju kako.

Pisci iz sjene najčešće pišu biografije muzičara, sportista, kriminalaca i političara, a neki su i autori romana bestselera, scenarija (skriptdoktori), govora za političare, internet blogova, stručnih članaka iz raznih oblasti, diplomskih, seminarskih i maturskih radova, pa čak i doktorskih disertacija.

Za svoja djela dobijaju dogovorene honorare, a slavu pokupe naručiocima !

Poznato je da je za Karlosa Kastanedu pisao Timoti Liri, za Merilin Monro Ben Hekt, za Hudinija Lavkraft, a mnogi „nepoznati“ za Džona Kenedija, Ronalda Regana, Baraka Obamu, Čarlija Čaplina. Navodno iza romana „Da Vinčijev kod“ Den Brauna stoji čitav tim goustrajtera !

(Pressmagazin)

\*

ŠEĆER je opasan otrov bez obzira u kakvom obliku se unosi u organizam !  
Uslovno dozvoljene dnevne količine šećera za žene su do 25 g i za muškarce do 38 g.

(Dr Robert Lustig)

\*

**„Mi, Srbi, smo sudbinom predodređeni da budemo Zapad na Istoku i Istok na Zapadu...“** je apokrif koji se pogrešno pripisuje Svetom Savi. Naime, Sv.Sava nikada ne bi rekao riječ sudbina, jer to nije hrišćanski termin, niti hrišćanska vjera.

(Prof.Dr Radivoj Radić, vizantolog)

\*

**DEMENCIJA** je stečeni neurofiziološki poremećaj koji sa sobom nosi gubitak kognitivnih funkcija, a karakterišu ga gubitak pamćenja, zaboravnost, pad koncentracije, smetnje u govoru i orijentaciji u vremenu i prostoru. U kasnoj fazi bolesnik nije u stanju da brine o sebi, zanemaruje higijenu, gubi se u prostoru i nepredvidljivo se ponaša, dovodeći sebe i druge u opasnost.

Najčešći uzroci su vaskularne promjene mozga nakon jednog ili više moždanih udara i degenerativne promjene sa progresivnim oštećenjem nervnih ćelija mozga i pratećom depresijom, agresivnim ponašanjem, halucinacijama, gubitkom kontrole nad stolicom i mokrenjem, podrhtavanjem ruku i smanjenom pokretljivošću (Alchajmerova bolest).

Izlječenja nema, ali se može uticati na usporenje toka bolesti  
„vježbama za mozak“ (ukrštenice, čitanje, društvene igre, muzika) i  
redovnom fizičkom aktivnošću.  
TV se ne preporučuje !

\*

Prosto je nevjerovatno da je neko uspio da postigne to što je postigao **Justinijan Veliki**.  
Uspio je da u isto vrijeme, na istom mjestu i na istom poslu okupi veliki broj darovitih i sposobnih ljudi : **Velzara**, najvećeg vizantijskog vojskovođu ; **Narzesa**, velikog diplomatu i vojskovođu ; **Tribodijana**, izvanrednog stručnjaka za pravo ; **Jovana Kapadokijskog**, sjajnog administratora i finansijskog stručnjaka.

**Justinijan je bio najobrazovaniji čovjek svog doba, asketa, koji se nije bojao da odabere najbolje, umjesto najlojalnije i najpodobnije saradnike.**

(Prof.Dr Radivoj Radić, vizantolog)

\*

Uvijek sam u učenicima gledao buduće ljude, koji treba da izgrade karijeru i u njoj prevaziđu svoje profesore. To se nije dopadalo nekim kolegama pa sam bio pomalo crna ovca. Ništa čudno, takav sam i ostao.

Ovdje je svaki nesebičan i otvoren čovjek crna ovca. Bosna to ne voli.  
Zato i jeste crna rupa Evrope. Svi smo tome dali svoj doprinos !

(Ranko Risojević, književnik)

\*

**Nije da se ne usuđujemo jer je teško, već je teško jer se ne usuđujemo.**

(Seneka)

\*

**Kristofer KOLUMBO** je umro u ubjeđenju da je 1492.godine otkrio put za Indiju. Na američko tlo, Njufaundlend, prvi je kročio Norvežanin **Lejf Erikson** sa svojim mornarima još u XI.vijeku.

\*

Osobe koje govore brzo i spontano često se ne shvaćaju za ozbiljno, za razliku od onih koji pričaju sporo, nakon što su pažljivo saslušali druge.

**Preglasan govor** manje se sluša, dok **tiho pričanje** zahtijeva veću koncentraciju, pa se od izgovorenog više i zapamti.

\*

**Pisanje domaćih zadataka** u nižim razredima škole nema baš korisnih efekata na znanje i učenje djece. Djeca većinu stvari zapamte na časovima i poslije nastave nisu dovoljno koncentrisana na domaće zadatke. Čak domaći zadaci mogu izazvati i odbojnost prema školi ! Domaći zadaci kao način ponavljanja i utvrđivanja gradiva imaju smisla tek u srednjoj školi.

(Univerzitet Sidnej)

\*

**Žene su najveća muška tajna.  
Ljubavnike nose u srcu, a muževe na duši.**

(Milivoje Jozić)

\*

NOVE hrvatske riječi :

- zatipak = štamparska greška (tipfeler)
- dodirnik = ekran koji reaguje na dodir
- zapozorje = bekstejdž
- ponovak = repriza
- rječarenje = rafting
- odobrenica = licenca
- brojomat = aparat za kucanje rednog broja za čekanje na šalterima
- daroteka = prodavnica za poklone
- jušnjača = grabilica za juhu, kutlača

\*

**JERUSALIM** je kroz istoriju bio poznat i kao  
URSALEM, ŠALEM, Elija Kapitolina, El Palat.

Danas ga Jevreji nazivaju JERUŠALAJIM (grad mira),  
za muslimane je Al Kuds (sveti grad), a za hrišćane je - Jerusalim.

\*

Jedan čuveni američki advokat, optužen zbog nekog sitnog prekršaja,  
nije želio sam sebe da brani na sudu, rekavši :  
**„Advokat koji brani samog sebe ima posla sa jako glupim klijentom.“**

\*

Prerežite voće ili povrće, te ga tako ostavite preko noći.  
Ako npr. jabuka do sutradan ne pocrni, nego ostane bijela i „netaknuta“  
radi se o prskanoj ili GMO jabuci !

(Alternativa za vas)

\*

**Predsednikov govor svi su pažljivo slušali.  
Baron Minhauzen je čak hvatao i beleške !**

(Đorđe Otašević)

\*

Oduvek je Srbija imala bar dva lica, o čemu svedoče i porodična  
imena. Na jednoj strani Popovići, Protići i Kaluđerovići, a  
na drugoj Hajdukovići, Uskokovići i Harambašići.

(Ranko Guzina)

\*

**NES** (Night eating syndrom) je poremećaj koji podrazumijeva  
uzimanje hrane noću i nedostatak apetita danju.  
Od ovog sindroma pati 1,5% opšte populacije,  
42% gojaznih i 44% depresivnih osoba.

\*

Ljudi koji **odmah poslije večere idu na spavanje** imaju za 66% veću šansu da tokom  
noći dobiju moždani udar, dok su oni koji na spavanje odlaze 1,5 - 2 sata nakon večere,  
za 76% „zaštićeniji“ i od moždanog i od srčanog udara.  
Pun stomak dovodi do poremećaja disanja tokom spavanja,  
što je jedan od razloga za nastanak udara.

\*

**Dan Tana**, Srbin i uspješni Amerikanac, prisustvovao je prijemu organizovanom u Titovu čast,  
prilikom njegove zvanične posjete SAD. Tada ga je Tito upitao koliko je već dugo u Americi, a  
poslije odgovora uslijedilo je odmah i dodatno pitanje :

- „Pobjegao ?“
- „Da, pobjegao.“- odgovara g. Tana
- „Bogami, kako je tada bilo i ja bih pobjegao da sam bio na tvom mjestu.“- zaključio Tito.

\*

**NARODNI LIJEK za uklanjanje bradavica :**

Izgnječiti 4 jezgra oraha i 4 čena bijelog luka i tu smjesu nanijeti na bradavice,  
zamotati lanenom krpom i ostaviti da djeluje tokom noći.

\*

Ljudi koji svakodnevno u svojoj ishrani koriste **margarin** mogu postati iritativni („kratkog fitilja“) i agresivni bez valjanog razloga, pa prof.dr Beatris Golomb sa Univerziteta Kalifornija preporučuje da se u školama i zatvorima zabrani njegova upotreba.

(Zdravlje&Nauka)

\*

Pravi heroj je onaj čije ime i delo mogu da izdrže probu vremena.  
Po tome se istinski heroj razlikuje od onoga što je samo junak dana.

(Zdravko Šotra, reditelj)

\*

SLAVIŠA PAJKIĆ, zvani „**Biba STRUJA**“ je medicinski fenomen zabilježen u Ginisovoj knjizi rekorda, kada je 1981 g. dodirnuo električni kabl pod naponom od nekoliko hiljada volti i kada je 2003.g. provodeći električnu energiju kroz sopstveno tijelo, za samo 90 sekundi zagrijao vodu do 97° C !

Biba ima jedno rijetko oboljenje tzv.ektodermalnu displaziju, koju karakteriše veoma suva koža, nedostatak znojnih žlijezda i velika otpornost na električnu energiju. Zato može, držeći golim rukama viljušku sa kobasicom i električni kabl pod naponom, izazvati da kobasica „zacvrči i zamiriše“.

**Ne pokušavajte ovo sami da izvedete, jer to može SAMO Biba !**

Biba ovaj dar doživljava kao prokletstvo, jer ljudi se boje da se s njim čak i rukuju !

\*

**Pobjegoh od vuka, naiđoh na zmiju.**

(Narodna)

\*

Muškarci NEPUŠAČI imaju 3 do 6 puta manju šansu da će im kosa prerano osijediti i 2 puta manju šansu da će očelaviti.

\*

Žene sa bucmastim obrazima i mekanom kožom po pravilu izgledaju mlađe.  
Gubitak 4,5 kg tjelesne težine može ih „**postarati**“ za oko 4 godine !

\*



**BRAK je pravi eliksir mladosti**, ali samo za muškarce ! Oženjeni muškarci žive oko 10 godina duže od samaca. Kod udatih žena ta je razlika 5 godina.

U braku mozak sporije stari i rizik za nastanak demencije je za 50% manji.

\*

Uvijek slušaj šta ti neprijatelj govori,  
jer će ti neprijatelj reći ono što prijatelj neće, da te ne bi uvrijedio.  
(Jevrejska)

\*

**Teobromin**, sastojak čokolade, tri puta je efikasniji u zaustavljanju kašlja u odnosu na antitusik kodein, a uz to nema neželjenih efekata na kardiovaskularni i centralni nervni sistem (pospanost).

(Dr Peter Barns, Kraljevski koledž London)

\*

U jednom vrtiću u Džordžiji šestogodišnju djevojčicu S.Dž. je lokalna policija uhapsila po svim pravilima službe (sila, vezivanje liscama, ubacivanje u policijski auto, zadržavanje u policijskoj stanici) zato što je u obdaništu porazbijala sve što je stigla ! Djevojčica nije završila u Gvantanamu, samo je suspendovana iz vrtića!

\*

#### OMILJENO povrće muškarca i KARAKTER

CELER	Dominantan. Osvajač
ŠPARGLA	Emotivac, zaljubljen i odan
GRAŠAK	Zna šta hoće i kako da do toga dođe
KRASTAVAC	Ima više sreće u poslu nego u ljubavi
SPANAC, KROMPIR, ŠARGAREPA	Zavodnik, dobar ljubavnik, strastven, slama ženska srca
ZELENA SALATA	Svestran, pouzdan, staložen

#### OMILJENO voće žene i KARAKTER

JABUKE	Idealna supruga i majka
JAGODE	Koketa, zavodnica, voli slobodu
KRUŠKE	Žena koja se prepušta muškarcu
BANANE	Vjerna i maštovita u seksu
TREŠNJE	Svađalica, britke pameti i jezika
GROŽĐE	Jaka i samostalna, u mladosti razuzdana, kasnije idealna saputnica u životu
ŠLJIVE	Esteta, voli lijepe stvari i nezaboravan seks

\*

Njega su gurali. Mene su gurnuli.

(Mijo Miranović)

\*

Budalama je odavno jasno da pametniji popuštaju – nervno.

(Živojin Denčić)

\*

Svaki govor je prevaziđen. Najsuvislije govori tišina.  
Ko se služi rečima – samo pokazuje slab karakter. Onom koji sedi pored tebe možeš da se obratiš mejlom ili es-em-esom, pa on neka bira kad mu se tvoja energija konzumira, i može da odluči da li će tekst da obriše ili da čita.

Najjači igrači - odavno čute.

Ko govori ćutanjem, dobija na snazi i harizmi.

(Matija Bečković, akademik)

\*

**Nisu jaki oni koji nikada nisu pali, već oni koji posle pada znaju da ustanu. Zato ne sudite o meni po mojim poredama, već o tome koliko sam se puta posle poraza dizao i nastavljao dalje.**

(Nelson Mandela, borac protiv aparthejda)

\*

Sahrana moje majke u Šibeniku, uoči „Oluje“, bio je šekspirovski prizor :  
Partizansko groblje, katolički pop, a mi pravoslavci...

(Milutin Dedić, slikar)

\*

**Nije bitno koliko jako udaraš, već koliko udaraca možeš da primiš i ostaneš na nogama.**

(Ivan Tasovac, direktor Beogradske filharmonije)

\*

Grupa španskih i holandskih naučnika otkrila je zašto je fudbal najbitnija sporedna stvar na svijetu. Dokazali su da se tokom praćenja utakmice kod ljubitelja fudbala podiže nivo testosterona kao kod vođenja ljubavi, a da je gužva u šesnaestercu jednako uzbuđljiva koliko i „remplovanje“ sa partnerkom u krevetu.

(Press)

\*

**Kontakt očima** je najvažniji kanal neverbalne komunikacije i uvijek izražava namjere ili osjećanja.

- Ako je taj kontakt previše dug (>3 sek.) to je „zurenje“ i asocira na prijetnju.
- Kad neko izbjegava pogled to ukazuje da skriva istinu ili hoće nešto da prećuti.
- Duže gledanje osobe kada je njen pogled usmjeren na nešto drugo, izraz je ljubavi.
- Ako pažljivo slušamo sagovornika dužina pogleda ne bi smjela da je kraća od 5 sekundi
- Kada je nečiji pogled fokusiran na dio lica od očiju do usta, riječ je o službenom ili poslovnom kontaktu i upućuje ga dominantna osoba.
- Prijatelji obično gledaju regiju od očiju do sredine grudnog koša.
- Kontakt očima kod zaljubljenih osoba obično traje duže od 1 minuta.
  
- Seksualna zainteresovanost se uočava u prvih 45 sekundi od trenutka kada se muškarac i žena vide. Ako žena prvo pogleda u pod, a potom prošara po prostoriji, pa ponovo pogleda muškarca direktno u oči, to je znak da je seksualno zainteresovana. Pogled žene skrenut na stranu ili na gore, kao i gledanje „kroz“ muškarca, upućuje na to da joj je – dosadan.
  
- Ako vas sagovornik ne gleda dok pričate, to je neučtivo i iritantno, i umanjuje značaj izgovorenih riječi za 65%.
- Uobičajeno treptanje očiju je 6 – 8 treptaja u minuti. Češće treptanje nervira i dekoncentriše sagovornika.
- Sužene zjenice šalju poruku da vas neko izaziva, želi da se raspravlja ili da je ljut („pogled koji nišani“, „zmijske oči“).
- Raširene zjenice (2-4 puta) je znak da je osoba srećna, ushićena ili da gleda nekoga koga voli.
- Podignute obrve su znak da se sagovornik interesuje za ono što govorite.

Svaki put kada ljudi koriste mozak, oči se pomjeraju. Desna strana mozga „zadužena“ je za neopipljive stvari, njome opažamo boje, sanjarimo, slušamo muziku, maštamo i osjećamo. Lijeva strana mozga bavi se jezikom, logikom, brojevima, analizama, teoretskim mišljenjem.

Ako je nečiji pogled usmjeren na lijevu stranu, to znači da je „aktivirao“ vizuelno pamćenje, dok je pogled usmjeren na desnu stranu znak da ste toj osobi bliski i važni.

Kada je nečiji pogled usmjeren ka njegovoj lijevoj strani i ramenu, taj trenutno vodi razgovor sa sobom, prepustio se „unutrašnjem dijalogu“.

Isto značenje ima i ako je nečiji pogled usmjeren visoko gore ili u daljinu.

(Život)

\*

**Ovo shvatite kao moj poklon vama. Poklon mora da bude redak i jeftin.  
Sve drugo je podilaženje. To vam je kao i sa ženama.  
Žena mora da bude retka i jeftina. Sve drugo je poslovna pratnja.**

(Milan Lane Gutović, glumac)

\*

Osobe koje puše **cigarete sa mentolom** 3 puta su više izložene riziku od moždanog udara, nego one koji puše obične cigarete !

\*

**ŽENE su moralnije od muškaraca** i sklonije su da donose odluke korisne za druge ljude. Muškarci imaju individualniji pristup i u prvi plan stavljaju lične interese.

**Brodolome preživljava dvostruko više muškaraca nego žena !**

\*

Njegova prosečna ocena je šestica. Toliko je imao para, a tolike su mu i ambicije.

(Ranko Guzina)

\*

Osobe koje imaju **tetovaže** i/ili nose **pirsing** više konzumiraju alkoholna pića, pokazalo je jedno testiranje 2000 mlađih posjetilaca kafića širom Francuske.

\*

**BOEMSTVO je kreativna opozicija oficijelnom društvu.**

(Tin Ujević)

\*

Zašto **BRZE DIJETE** za skidanje tjelesne težine **nisu uspješne** ?

- Brzom dijetom prvo se razgrađuju mišići, bez kojih je nemoguće sagorijevanje masti. Da bi se skinuo 1 kg tjelesne mase potrebno je sagorjeti i do 7700.- kalorija.
- Odricanjem od jedne čitave grupe namirnica u provođenju dijeta stvara se izrazita neravnoteža u ishrani i pogubna je za zdravlje.
- Ekstremno nizak unos kalorija dovodi do gubitka tjelesne mase kod 90% ljudi na dijeti, ali 78% njih vrlo brzo povratu izgubljene kilograme čim se uspostavi redovan način ishrane. Niskokalorijskom dijetom gubi se voda i mišići, ali ne i masno tkivo.
- Svaka dijeta slabi samopouzdanje, izaziva nervozu, nezadovoljstvo, neraspoloženje i - nedosljednost u sprovođenju dijeta !
- Ako dijetu ne prati i adekvatna fizička aktivnost, tijelo postaje umorno i mlitavo.

Uspješna dijeta je samo ona koja je zasnovana na promjeni načina razmišljanja o hrani : izbacivanje štetnih namirnica i usvajanje novih zdravih navika u životu. Ljudi koji u tome uspiju postaju zdraviji, srećniji i zadovoljniji svojim novim fizičkim izgledom.

\*

Da su sve žene iste, muškarci ne bi trčali za svakom.

(Milivoje Jozić)

\*

**Američke tajne službe za svoje pripadnike organizuju dopunske časove iz morala !?**

\*

Snažniji, korpulentniji muškarci naginju konzervativnim političkim strankama jer podvjesno vjeruju da je društvo koncipirano po principu „samo najjači opstaju“. Agresivnijeg su ponašanja, imaju čvršće stavove i manju spremnost za kompromise.

Slabiji i sitniji muškarci kao i visoki atletski tipovi opredjeljuju se za demokratski nastrojene političke partije, jer im nude više opcija i različitih rješenja.

Žene se politički opredjeljuju isključivo prema programu stranke i to nije povezano sa njihovom tjelesnom građom.

\*

**HRANA** često služi kao utjeha, nekima je zamjena za ljubav i „zaštita“ od ponavljanja trauma iz prošlosti. Umjesto da se „liječite“ hranom, **PIŠITE !**

Naime, zapisivanjem lijepih stvari koje vam se događaju ili koje želite da ostvarite, postaćete svjesniji šta se oko vas događa, pa ćete redukovati ishranu.

**Naučno je dokazano : kreativno pisanje skida suviše kilograme !**

\*

Amerikanac **Danijel Seulo**, dobrovoljni beskućnik već 12 godina živi bez ijednog dolara, ne prihvata novac, bonove, markice, kupone, niti bilo kakvu vrstu trampe.

Koristi samo ono što je čovjeku slobodno dato, što je neko drugi odbacio.

Hrani se s onim što nađe u prirodi ili u kontejneru.

Ubijeđen je da je novac samo iluzija i ne vidi ga kao dobro ili zlo, jer kako iluzija može biti dobra ili zla !?

(Pressmagazin)

\*

**RAZMIŠLJANJE NA STRANOM JEZIKU** pomaže u donošenju racionalnijih odluka, jer ljudi u većini slučajeva ne mogu da razdvoje emocije od maternjeg jezika, a to zamagljuje logično razmišljanje i zaključivanje.

(Univerzitet Čikago)

\*

„Vi ste pošten čovjek, ali ste bezobzirni. Vaše urođene sklonosti, nagoni i predosjećanja jači su od vaših sposobnosti shvatanja i rasuđivanja, koje su takođe iznad prosjeka. Savjest vas nikada ne peče, a kada ste svirepi, to je životinjska a ne bolesna svirepost. Opasnost djeluje podsticajno na Vas i tada jasnije mislite, brže donosite odluke. Jedino treba da naučite da slušate naređenja, kako ne biste bili mrtav špijun.“

Ovo su riječi Stjuarta Menzisa, šefa MI-6, upućene **Dušku Popovu (1912-1981)**, dvostrukom agentu i poliglotti, po kome je Ijan Fleming stvorio lik Džejmso Bonda, agenta 007.

\*

**Čovjek bira prijatelje, neprijatelji njega.**

(Miljenko Žuborski)

\*

**Tesla** je sahranjen po pravoslavnom obredu, a potom izvađen iz groba i spaljen. Ne znam za takav zločin – sem u slučaju Nikole Tesle i Svetog Save.

Crkva, kojoj je porodica Nikole Tesle dala 40 pravoslavnih sveštenika i dvojicu vladika, a i on sam je bio neka vrsta belog monaha – odavno je odlučila da se njegov prah položi u Hramu Svetog Save, ali odluka Sabora nije sprovedena.

(Matija Bečković, akademik)

\*

Branka Ćopića je sistem naterao da pretpostavi svoju presudu i da je sam izvrši. Pošto formalne presude nije ni bilo, Ćopiću ne treba ni formalna rehabilitacija.

(Milovan Vitezović)

\*

**MNOGO ZNAO, MNOGO I PATIO.**

(Narodna)

\*

Gledanje u rijeku u trajanju od 30 minuta dnevno odnosi sve naše brige i tegobe, a donosi svježinu, životnu energiju, opuštanje i smirenje kao cjelodnevni tretman u SPA centru !

\*

**OPROŠTAJ miriše poput ljubičice kada je zgazimo.**

(Mark Tven)

\*

Glupi misle da su ljudi oni koji plešu.

\*

Istraživanja na Univerzitetu u Regensburgu su pokazala da je ljudska **ljubomora** genetski predodređena. Žene su emotivno ljubomorne, a muškarci kompetitivno. Ženska ljubomora zasniva se na pitanjima da li se njen partner zaljubio u drugu i da li će izgubiti sigurnost porodice, a muška da li je njegova partnerka vodila ljubav s drugim i da li je dijete koje imaju njihovo.  
**Ljubomora može značajno da suzi način rasuđivanja.**

\*

- **Ljubav** na prvi pogled je zaljubljenost, a u stvarnosti, zaljubljenost nije prva faza ljubavi, već razočarenja.
- Za skladan ljubavni odnos treba da biramo osobu koja nam se sviđa i koja ima sličan životni koncept kao i mi.
- Romantična ljubav ima duži vijek trajanja od strastvene.
- U romantičnoj ljubavi parovi imaju bliskost, intenzitet i hemiju. Strastvenu vezu karakteriše opsesivnost, nestabilnost, nesigurnost i nervoza.
- Ljudi koji su zadovoljni u svojim ljubavnim vezama su mnogo uspješniji, razumniji, sigurniji u sebe i češće odlučuju glavom nego srcem.

\*

CRVENA BOJA je boja strasti, ljubavi i spremnosti na flert. „Jači pol“ obožava žene obučene u crveno jer im one djeluju atraktivnije, zanosnije, energičnije i pristupačnije.

\*

Ženske ukrasne **narukvice** sačinjene od sjemenki **biljke ABRUS** sadrže otrov **alorin** i mogu ugroziti zdravlje (osip, dijareja, povraćanje, halucinacije) pa i život, ako se progutaju. Letalna doza je 3 mg. Antidot (protivotrov) ne postoji !

(Džo Volakot, preživjela žrtva nakita, V.Britanija)

\*

**Trebalo mi je 30 godina, 3 minuta i 20 sekundi da konačno pobedim na nekom muzičkom takmičenju.**

(Saša Dragić, kompozitor, laureat „Grand festivala“)

\*

**Akademik Prof. Dr Petar Petrovič Garjajev, tvorac talasne genetike tvrdi :**

Tokom ultrazvučnog zračenja dvostruke spirale DNK se raspliću, čak i kidaju, kao kod snažnog zagrijavanja molekula. Ultrazvuk izaziva ne samo oštećenje već i izobličenje polja DNK i talasnog genoma, a to dovodi do oštećenja tkiva iz kojih se onda ne može razviti zdrav organizam. Na savremenim klinikama rađa se mnogo bolesne i nakazne djece, a kada se ljudima ultrazvukom pregledaju bolesni organi, njih je onda teško liječiti ! Zato sam protivnik ultrazvučne dijagnostike, koja se inače smatra neškodljivom !

Ali zapažen je blagotvorni uticaj druge vrste talasa, elektromagnetskih, koji su bazirani na akustičkim vibracijama ljudskog govora, ritmičkog i upućenog kao pozitivna energija. To je molitva, koja može zaštititi i od ultrazvučnih talasa. Uostalom, hiljadugodišnje iskustvo religije dokazuje uticaj i blagotvorno djelovanje molitvi na zdravlje, dušu i tijelo.

\*

**Izborni mitinzi počinju sa „Bože pravde“, a završavaju se sa „Bože sačuvaj !“**

(Aleksandar Čotrić)

\*

U potrazi za poslom, razgovor sa potencijalnim poslodavcem, često je važniji od biografije. Zato izbjegavajte greške, koje mogu da ostave nepovoljan utisak o vama.

- Ne bacajte „drvlje i kamenje“ na društveni sistem i političare.
- Ne ogovarajte prethodne poslodavce, firme ili šefove.
- Ne ističite činjenicu da istovremeno pregovarate sa više poslodavaca.
- Ne odbijajte razgovor o prijemu na posao ni putem telefona, ako poslodavac zbog nedostatka vremena insistira na tome.
- Budite prikladno obučeni, smireni i uljudni.

\*

**Da biste o nekoj osobi sudili ispravno, morate prvo dva dana hodati u njenim cipelama.**

\*

Konačno je i naučno dokazano da **biljke pamte**, međusobno se prepoznaju, uzajamno upozoravaju o mogućim opasnostima i aktivno reaguju na muziku. Na tonove klasične muzike (Mocart) izvijaju se prema izvoru zvuka i bolje napreduju od onih biljaka koje rastu u tišini. Rok muziku „ne vole“ i „sklanjaju“ se od zvučnika.

\*



Ideje su čovekove varalice i himere.  
Ništa nas ne čini toliko moćnim kao ideje u koje verujemo,  
ni toliko slabima kada shvatimo da smo obmanuti.

(Dobrica Ćosić, akademik)

\*

Utvrđeno je da su **kupoholičari** manje srećni od ljudi koji troše novac na kupovinu iskustava (putovanja, izlasci, kulturna dešavanja).

- Kupovina iskustava pruža hedonistički osjećaj koji je najveći izazivač sreće.
- Osobe koje kupuju materijalna dobra su, generalno, manje srećne, pa čak i manje voljene od okruženja od onih koje prednost daju iskustvima.
- Ljubitelji životnih iskustava se bolje slažu sa drugima, društveniji su i imaju više samopouzdanja.
- Kupovina predmeta često vodi u zavist, poređenje ili takmičenje sa drugima.

**Prebroj ono što imaš, a što se ne može kupiti novcem i saznaćeš koliko si bogat.**

(Vesna Bantić)

\*

Obavještenje na vratima jedne katoličke crkve :

**„Dragi vjernici,  
Gospodin nam se obraća na razne načine,  
ali sigurno vas neće zvati na mobitel.  
Zato vas lijepo molimo da ga isključite prije ulaska u crkvu.“**

\*

Samoća nije za lenje ljude.  
U samoći se mora mnogo raditi, promišljati, nadoknađivati sebe sebi.

(Mira Banjac, glumica)

\*

**Fatamorgana je dokaz da su čuda moguća !**

(Goran Gaćeša)

\*

**Ukoliko često brinete - ne brinite, to je znak visokog IQ !**  
Najmanje brinu ljudi prosječne inteligencije, dokazano je u nekoliko istraživanja.

\*

### Cjelokupna današnja radna snaga dijeli se na 5 generacija :

1. Rođeni 1930 - 1946.g.su **tradicionalna** generacija ratnog i poratnog doba, disciplinovanih i skromnih radnika, koji znaju da štede i da poštuju autoritete.
2. Rođeni 1946 - 1960.g.je tzv. „**bejbi bum**“ generacija, čiji su ispisnici svjedoci mnogih društvenih i političkih previranja („djeca cvijeća“). Radi se o samopouzdanim, otvorenim, sposobnim i radoznalim ljudima.
3. **Generacija X** potiče iz perioda od 1961 - 1979.g. i zapamćena je po uspostavljanju ležernijeg i modernijeg poslovanja.
4. **Generacija Y** od 1980 - 1995.g.,odrasla je u vremenu kada su bujale muzičke, socijalne i političke revolucije. Izumitelj je riječi „cool“ i drugih inovacija. Odrasli su na modernim tehnologijama i mahom su radoholičari, dobri planeri kratkoročnih zadataka, nezavisni su, preduzimljivi i kreativni, ali i ironični.
5. **Generacija Z** je rođena poslije 1995.g.u potpuno digitalizovanom okruženju. Zbog lake dostupnosti informacijama stiču najbolje obrazovanje.

\*

Prilikom prvog čitanja neke knjige ljudi se fokusiraju na događaje i glavnu priču.  
Svako sljedeće čitanje iste knjige omogućava bolji, živopisniji i intenzivniji  
doživljaj emocija kojima je knjiga protkana.  
Zbog toga **ponovno čitanje knjiga** djeluje blagotvorno i  
na mentalno i na fizičko zdravlje.

\*

Objavili su mu celokupna, sabrana i izabrana dela, ali ne vredi.  
On i dalje piše !

(Ranko Guzina)

\*

**Zaposlene žene** su najljepše ponedjeljkom, jer tada  
na dotjerivanje potroše 40% više vremena nego ostalim danima.  
Petkom pred ogledalom provode najmanje vremena.  
Slično se ponašaju i muškarci.

\*

Ne možeš svakoj budali dati vlast. Zato postoje izbori !

(Rade Jovanović)

\*

Ključni **sastojak bijelog luka dialil-sulfid** ima 100 puta jače i 3 puta brže antibiotsko dejstvo kod crijevnih infekcija, nego dva najpoznatija antibiotika (eritromicin i ciprofloksacin) zajedno !

**Kada vas zapahne nečiji miris na bijeli luk, znajte da se ne radi o hiru, već o lijeku !**

(Univerzitet Vašington)

\*

Glasnim smijehom od 10 – 15 minuta, mi potrošimo 10 – 40 kalorija !

\*

Neke delikatne životne situacije zahtijevaju potpunu koncentraciju. U takvim trenucima često nismo svjesni šta se dešava oko nas i sa nama, jednostavno se isključimo. Npr. kada **naletimo na zmiju** reagovalimo instinktivno, jer mozak zablokira i **rijetko ko uspije da se ponaša svjesno i pribrano.**

Slično se događa i s muškarcima kada vide **ženu** koja ih seksualno privlači. Njihov mozak tada **odreaguje automatski**, što najčešće i dovede do muške prevare. U takvoj životnoj situaciji obično nema mjesta za emocije, a motiv je isključivo seks – zaključak je jedne studije o muško-ženskim odnosima.

\*

Da li na svijetu postoji samo jedna osoba koja je naša druga polovina, neko ko je stvoren samo za nas ?

Odgovor je : **NE !**

U pitanju je samo romantična ideja pjesnika i umjetnika.

**Otuda ni naš izbor životnog partnera nikada neće biti ni potpuno „pravi“, ni potpuno „pogrešan“.**

\*

Sa godišnjim prihodom od 2,1 milijardi \$, što je 3,2% svjetskog bruto proizvoda, kriminal je jedna od 20 najprofitabilnijih profesija na svijetu !

(Jurij Fedotov, Kancelarija za droge i kriminal OUN)

\*

Kada pogrešan čovjek uradi pravu stvar, onda je to pogrešna stvar, a kada pravi čovjek uradi pogrešnu stvar to je prava stvar.

(Konfučije)

\*

**„Proljeće na moje rame slijeće, đurđevak zeleni,  
đurđevak zeleni, svima osim meni ...“**

Zahvalan sam Goranu Bregoviću što je sačuvao pjesmu „Đurđevdan“, staru pjesmu sarajevskih Srba, koja se pjevala za Đurđevdanske uranke, kada se izlazilo na okolna izletišta. Pjevana je iz prkosa i tokom transporta 3000.- Srba za Jasenovac.

(Prof. Žarko Vidović, istoričar umjetnosti i bivši logoraš)

\*

**Loše navike – loš i san**

1. večera pred odlazak u krevet
2. intenzivna fizička aktivnost pred spavanje
3. odlazak u krevet svako veče u različito vrijeme
4. neudoban krevet, deformisan dušek, posteljina, jastuk  
(Preporuka : mekan jastuk za one koji spavaju na leđima i trbuhu,  
tvrđi za one koji spavaju na boku )
5. čitanje knjige ili praćenje TV programa iz kreveta
6. rad na kompjuteru neposredno pred spavanje
7. ekran kompjutera i svjetlo elektronskog sata remete san.  
(Preporuka: spavanje u potpunom mraku).
8. ako ne zaspate u prvih 30 minuta, ustanite, uradite nešto po stanu ili čitajte, pa ćete ubrzo puzeći otići u krevet !

\*

**Svako veče liježem sa Verom i budim se sa Nadom.  
Ne, to nisu žene, već moj optimizam.**

(Zvonimir Đukić Đule, Van Gogh)

\*

**Nijedna tajna nije bolje čuvana od one koju svako samo nagađa.**

\*

Nova kompjuterska **igrica STARX** efikasno pomaže tinejdžerima koji pate od depresije. STARX je 3D interaktivna igra koja se sastoji od 7 zadataka i koji se rješavaju u vremenu od 4 – 7 nedjelja ; junak igrice treba da izađe na kraj sa ljutnjom i povređenim osjećanjima, a negativne misli da zamjeni konstruktivnim.

(Univerzitet Okland, Novi Zeland)

\*

**HIRURZI** koji najmanje 3 sata nedjeljno provode igrajući **video igre** naprave 37% manje grešaka izvodeći laparoskopske operacije i za 27% su brži od kolega, koji video igrice ne igraju. Razlog je što se prilikom igranja razvija **bolja koordinacija pokreta**.

(Ana Mitić)

\*

Sjećam se jednog nesrećnika koji se u tramvaju bezazleno našalio na račun poplave jezičkih kovanica u hrvatskom jeziku. Za konduktera je rekao : „Evo ide munjovozni kartodrapac !“ Ustaški agent, koji je čuo tu opasku, odmah je uhapsio „drznika“ i odveo ga u ustaški logor. Nesrećnik je svoju šalu platio glavom kao talac u Maksimiru.

(Olgica Cice „Miris čovjeka“)

\*

**Ko uđe u politiku bez morala, taj će sigurno završiti u izdaji ili zločinu.**

\*

**Ljudi koji se dugo voze do posla i nazad** češće pate zbog povišenog krvnog pritiska, gojaznosti i generalno imaju slabiju fizičku kondiciju.

\*

**Video igrice kod djece** poboljšavaju refleksno pamćenje, razvijaju smisao za inicijativu, podstiču kreativnost, logiku, koncentraciju i pažnju, a mnogi psiholozi tvrde i inteligenciju.

\*

- **Zašto u Kini nema pasa lualica ?**
- **Zato što ni u Srbiji nema prasića lualica !**

\*

**Prođe leto trideseto. Danas punim pedeset godina.**

(Zoran T,Popović)

\*

**Najveća „mala“ životna zadovoljstva :**

1. Dobro prospavana noć
2. Pronaći već zaboravljeni novac u džepu
3. Maženje u krevetu

4. Plakati od smijeha
5. Jutarnje izležavanje u krevetu
6. Spavanje u čistoj posteljini
7. Posao koji volimo
8. Mogućnost da nekoga nasmijemo
9. Ponovno uspostavljanje kontakta sa starim prijateljem
10. Smijati se proteklim događajima
11. Nedeljni ručak sa porodicom
12. Dobiti kompliment
13. Ispijanje toplog napitka
14. Otkriće da smo izgubili koji kilogram
15. Doručak u krevetu
16. Buđenje za vikend
17. Osmijeh nepoznate osobe na ulici
18. Prelistavanje foto-albuma
19. Kupovina hrane „uzmi i nosi“
20. Prve snježne pahuljice

\*

**Istorija se uvijek pojavljuje dva puta – prvi put kao tragedija, drugi put kao farsa.**

(Karl Marks)

\*

**Redoslijed „začina“ za dobar i uspješan brak :**

1. Seksualno zadovoljstvo
2. Step en privrženosti
3. Velikodušnost (pokloni, ugađanje)
4. Vaspitanje djece
5. Podjela obaveza i kućnih poslova
6. Podrška prijatelja i porodice (za žene) ili duhovnost (za muškarce)

\*

**Teško je biti Srbin u multietničkim strankama.  
Oni postaju jako brzo dobro stojeći i još bolje šuteći građani Sarajeva !**

(Dušan Šehovac, Demokratska inicijativa sarajevskih Srba)

\*

Neurofiziološka baza duhovnosti nije izolovana na određeni dio mozga  
(parijetalna regija desne hemisfere), kako se ranije mislilo.  
Duhovnost je mnogo dinamičniji koncept koji koristi mnoge dijelove mozga.

(Prof.Dr Brik Džonston, Univerzitet Misuri)

\*

Povjerljive informacije (**tajne**) što se duže čuvaju i kriju, čovjeka toliko opterećuju da mu remete svakodnevni život i izazivaju osjećaj kao da nosi fizički teret.

Tajne se mogu otkriti samo jakim i stabilnim osobama, koje mogu odoljeti pritisku i sačuvati ono što im je povjereno.

\*

Iako se zna da **sendvič** potiče od Jevreja, koji su jagnjeće pečenje s gorkim začinima jeli u macesu, beskvasnom hljebu, slavu je pokupio Džon Montagju (1729 - 1792), četvrti grof od Sendviča u okrugu Kent.

Naime, on je kao strastveni kartaroš prvi zatražio „nešto da gricne“ i da to bude pečena goveđa šnicla između dva parčeta hljeba.

Poslije su i ostali počeli da naručuju „ono što jede Sendvič“.

Kapetan Džejms Kuk je iz poštovanja prema grofu današnje Havaje nazvao Sendvička ostrva.

\*

U vremenu recesije kada se teško dolazi do posla, sve više je raznih agencija za posredovanje između inostranog poslodavca i kandidata za posao. Da biste se osigurali od eventualnih **prevara**, imajte na umu sljedeće :

- Ako agencija nema svoju veb prezentaciju, ima samo mobilni ali ne i fiksni telefon ili ima e- mail registrovan na besplatnom nalogu (Google, Yahoo), to je već dovoljno razloga za sumnju.
- Agencija mora imati dozvolu za rad.
- Za izdavanje dozvole nadležno je Ministarstvo ekonomije i regionalnog razvoja. Spisak agencija za zapošljavanje koje imaju licencu nalazi se na sajtu Nacionalne službe za zapošljavanje ([www.Nsz.gov.rs](http://www.Nsz.gov.rs)).

\*

Naučnici su nedavno saopštili da su ljudi zapravo djeca **sve do svoje 24.godine** života. Adolescenti zbog svoje mentalne nezrelosti lošije procjenjuju rizike i nisu spremni za posljedice uživanja u alkoholu, duvanskim proizvodima, opijatima, brzoz vožnji i sl.

\*

**Prsten na palcu ženske ruke** govori da se radi o nekonvencionalnoj, slobodoumnoj ženi koja se ne stidi svoje seksualnosti.

**Muškarac** koji nosi prsten na palcu je buntovnik, slobodan, nesputan, nezavisan, energičan, misteriozan, harizmatičan, šarmantan i strastven ljubavnik, koga žene zauvijek (za)pamte, a on se ni sa jednom ne zadržava predugo.

\*

**Pseudobulbar affect (PBA)** je neurološki poremećaj koji se manifestuje neprikladnim emocionalnim izlivima, eksplozivnim smijehom ili napadima plača. PBA se javlja kod multiple skleroze, trauma mozga ili moždanog udara.

Holandanin Hug Bose se nakon operacije kuka 2010.g.neprestano smije svemu i svakome, što mu je poremetilo porodične i društvene odnose. Ovdje se vjerovatno radi o posljedicima primjenjene anestezije prilikom zamjene oboljelog kuka.

\*

Preporuke za izbor okvira naočara prema obliku lica :

<b>Ovalnom obliku lica</b>	odgovara svaki oblik naočara
<b>Okruglom obliku</b>	četrvtasti uski okviri sa širokim drškama
<b>Četvrtastom obliku lica</b>	ovalni ili okrugli okviri
<b>Obliku lica sa širokim donjim dijelom</b>	„mačkasti“ okviri ili naočare sa naglašenom gornjom ivicom ili drške pozicionirane uz gornji dio
<b>Osobama sa dugim nosom</b>	naočare sa naglašenim mostom
<b>Osobama sa kratkim i širokim nosom</b>	naočare sa papučicama
<b>Izuzetno usko lice</b>	Nikako naočare sa naglašenim drškama !

- naočare po svom obliku treba da predstavljaju kontrast obliku lica
- okulari ne treba da dodiruju obraze
- drške ne smiju da se usjecaju u sljepočnice i moraju udobno biti oslonjene na uši
- širina naočara treba da odgovara širini lica
- oblik i veličina naočara moraju odgovarati razmaku zjenica i veličini nosa

(Dr Slađana Delević, oftalmolog)

\*

„Šarmantne“ šiške ili pramen kose preko jednog oka djeluju poput poveza, koji onemogućuje oku da dobija potrebnu količinu svjetlosti, a to vremenom može da dovede do pojave „lijenog oka“ i slabljenja vida.

(Australijsko istraživanje)

\*

**Rulja – to je skup ljudi koji žive po predrasudi i rasuđuju po autoritetu.**

(Visarion Beljinski)

\*

**PLAGIJAT** je čin prisvajanja ili kopiranja tuđeg pismenog, umjetničkog ili nekog drugog kreativnog rada djelimično ili u cjelosti, bez navođenja izvornog autorstva.

(„Puls“)

\*



Vino ima karakter poput ljudi.  
Ako vam se dopada miris, ukus i  
ako vam vino koje pijete pruža zadovoljstvo,  
znaćete da je ono za vas dobro.  
A najbolje vino je ono koje vam se najviše sviđa.

\* Kafa i cigarete otupljuju čula za 30 – 40%.

(Stevan Rajta, somelijer)

\*

Ko jedno vidi a drugo čuje, napipaće nešto treće.

(Miljenko Žuborski)

\*

**Titoizam** je sakrio odgovornost za genocid nad srpskim narodom  
pod lažnom simetrijom ustaša i četnika.

U Beogradu nemamo muzej genocida, jer imamo određene mentalne slike u  
kojima mislimo. Mislimo titoističkim mentalnim slikama.  
Beograd je i danas glavni grad mrtve Jugoslavije.

(Prof.Dr Milo Lompar)

\*

Tvrda glava, kruta kičma, ćelav jezik – gotova propast !

(Ranko Guzina)

\*

**Slike na koži** dobile su ime 1796.godine kada se kapetan Kuk vratio sa južnih mora s  
pričom o oslikanoj koži Polinežana – tatua.

30% osoba starosti od 18 – 30 g. ima barem jednu tetovažu, a  
među onima koji je imaju, čak 65% je ženskog pola !

Austrougarski prestolonaslednik Ferdinand imao je na grudima tetovažu sa zmijom.  
Metak Gavрила Principa 1914.god. prošao je tačno kroz glavu zmije.

**Za dobru tetovažu najvažnije su: zrela odluka,  
dobar majstor i poštovanje zdravstvenih (asepsa) pravila.**

(Snežana Dubajić, tatu umjetnica)

\*

40% Amerikanaca se izjašnjava kao veoma religiozno, 28% kao umjereno  
religiozno, dok 32% Amerikanaca uopšte nije religiozno.

\*

Iako se nameće **trend estetskih operacija** svega i svačega, ipak treba imati na umu sljedeće :

- Prije 30.godine života žene ne bi trebalo ni da razmišljaju o hirurškom podmlađivanju !
- Operaciju klempavih ušiju djeteta treba obaviti prije polaska u školu zbog njegovog samopouzdanja.
- Operaciju nosa nikako ne vršiti prije 18.godine života, kako se ne bi ugrozila funkcija nosa.
- Operaciju povećanja ženskih grudi bolje je obavljati poslije jednog i/ili više porođaja.

(Dr Violeta Skorobać, spec.plastične i estetske hirurgije)

\*

Jezik prijateljstva nisu riječi nego značenja.

\*

**Jednog dana ljubav upita prijateljstvo :**  
**„Zbog čega si ti tu kad postojim ja ?“**  
**A prijateljstvo odgovori :**  
**„Da donesem osmijeh tamo gdje ti ostavljaš suze.“**

\*

**Limfne ćelije** iz koštane srži po dospijeću u grudnu žlijezdu, timus se pod uticajem hormona timulina pretvaraju u T-limfocite, ćelije odgovorne za otpornost organizma prema infekcijama. Za funkciju timulina neophodan je cink.

Namirnice bogate cinkom su : ostrige, teleća i svinjska džigerica, žumance, riba i ljuskari, integralne žitarice, mahunarke, orasi, sjemenke lana i susam.

(Dr Suzan Dejl, Univerzitet Minesota)

\*

Da bismo prije konzumiranja, sa voća i povrća uklonili **ostatke pesticida**, potrebno je da ga prethodno sa svih strana pomoću prskalice isprskamo rastvorom napravljenim od 1 čaše vode, 1 čaše alkoholnog sirćeta i dodatkom 1 kafene kašike sode bikarbone, ostavimo da djeluje deset minuta, a zatim obilno isperemo tekućom vodom.

\*

**Da biste bili sigurniji, usmjereni, motivisani, ambiciozniji, uspješniji...**

- Razmislite o svojim pozitivnim osobinama i uspjesima koje ste do sada postigli i pohvalite sebe zbog toga.

- Družite se sa ljudima sa kojima vam je prijatno u društvu.
- Svaki dan priuštite sebi poneko sitno zadovoljstvo.
- Postavite sebi jasne i realne ciljeve koje želite da postignete za 3, 6 ili 12 mjeseci.
- Napravite plan kako ćete ih i uz čiju podršku postizati.
- Pohvalite sebe za svaki mali korak u ostvarivanju „dnevne porcije cilja“, a za veće se i nagradite.
- Prepoznajte moguće prepreke i napravite strategiju kako ih možete riješiti.
- Budite svakog dana uporni i dosljedni u tome šta ste isplanirali da uradite.
- Ako napravite grešku ili ako ne ide sve po planu prihvatite to kao nešto što može da se riješi.
- Vjerujte da vrijedite kao osoba bez obzira na rezultat toga šta ste isplanirali.
- Filozofija uspješnih ljudi je da svaki novi dan vide kao novu priliku.

(Maja Stoparić, psihoterapeut)

\*

Pravi prijatelj vam nikada ne stoji na putu, osim kada idete na dole.

\*

**Čitanje romana** i proživljavanje likova iz romana može dovesti do stvarnih promjena u životu čitaoca, ali nije utvrđeno koliko dugo te promjene mogu da traju.

Ovaj efekat imaju samo pisana djela ali ne i filmovi, u kojima su gledaoci od početka postavljeni u jasnu ulogu posmatrača.

(Džef Kaufman, Dartmaut koledž)

\*

**Psiholozi tvrde da postoje najmanje 3 situacije koje najlakše mogu rasturiti prijateljstvo :**

1. Prijatelje nemojte nikada da vrijeđate.
2. Ne kritikujte njihovu djecu.
3. Pomozite im kada to od vas zatraže.

\*

- **Kvalitetan san je najbolji način za „punjenje baterija“.**
- 34% opšte populacije nema zdrav i okrepljujući san.
- Danas prosječna osoba spava za 20% manje nego ljudi početkom XX. vijeka.
- Pušačima je potrebno dvostruko više vremena da utonu u san nego nepušačima.
- Zbog nedovoljno sna narednog dana se gubi po 1 poen IQ za svaki neprospavani sat tokom prethodne noći !

- Osobe koje spavaju samo 4 sata dnevno imaju pokrete usporene za 45% i 45% veći rizik da obole od srca, dijabetesa i gojaznosti, nego one koje spavaju 8 sati.
- Kod osoba koje spavaju samo 5 sati dnevno potrošnja kalorija se smanjuje za 120 dnevno, pa ako biste tako spavali tokom cijele godine dobili biste na težini 12,5 kg i to isključivo zbog nedostatka sna !
- Loš odnos sa partnerom krade san jer je teško zaspati pored osobe s kojom se svađate tokom dana. **Srećno udate žene najbolje spavaju.**
- Tamni i veliki podočnjaci, umorno, blijedo i izgužvano lice su znaci neprospavanih noći, povišenog nivoa kortizola u krvi i smanjene proizvodnje kolagena, što sve dovodi do preranog starenja i boranja kože.
- 55% muškaraca i 37% žena dobro spava
- Poslije 65.godine života 12 - 40% ljudi pati od nesanice.
- „Kradljivci sna“ su brige, negativne misli, svađe i loše navike pred spavanje.
- **Za zdrav san** : večerajte lagano oko 20 h a u 22 h legnite u krevet, koji je u sobi sa „sobnom temperaturom“, bez buke i bez tračka svjetlosti. Zaustavite negativne misli, „ispraznite mozak“, a **brige ostavite za sutra !**

(Vesna Bantić)

\*

Ako je krokodil pojeo tvog neprijatelja,  
to ne znači da je krokodil – tvoj prijatelj.

\*

**Smijeh pokreće oko 300 mišića u tijelu i najbolja je aerobna vježba.**

Samo dva minuta smijeha ima jednak učinak na naš organizam  
kao 10 minuta vježbanja na trenažeru koji imitira veslanje !

(Dr Vilijem Fraj, Univerzitet Stanford)

\*

Broj novih kaloričnih prehrambenih proizvoda namjenjenih **najmlađima** porastao je u posljednjih 15 godina za čak 700% ! Ti proizvodi su uglavnom obogaćeni vještačkim aromama, bojama i šećerima i agresivno se reklamiraju pomoću crtanih junaka koji djeci sugerišu da će biti jaka, pametna i lijepa !

\*

Vječiti san većine žena je da promijene svog partnera, da njegovu ličnost i ponašanje oblikuju po svojim željama. Ali to je iluzorno !

**Ukoliko želite srećnog i zaljubljenog partnera pored sebe, ne pokušavajte da ga promijenite, nego mu svojim ponašanjem pomozite da takav postane.**

(Martin Tejak)

\*

Kritičari restorana su kao evnusi : znaju kako treba, ali ne mogu.

(Pol Bokuz, kulinar)

\*

- „**Zlatno doba**“ prijateljstva muškarci doživljavaju u kasnim četrdesetim godinama. Ta prijateljstva su opuštenija, odanija i sadržajnija nego u kasnim dvadesetim, kada su nastajala radi provoda i „ludovanja“. Sa godinama muškarci postaju mirniji, staloženiji i ne takmiče se više sa prijateljima.
- Žene prava prijateljstva stvaraju oko 20. godine života i više se trude oko tog odnosa.
- Stariji muškarci mnogo lakše ostvaruju prijateljstva sa ženama, dok se u mlađim godinama iza prijateljstva sa suprotnim polom uglavnom krije seksualna privlačnost.

(Prof.Dr Džefri Grig, Univerzitet Merilend)

\*

Onaj ko kontroliše prošlost, taj kontroliše budućnost.  
Ko kontroliše sadašnjost, taj kontroliše prošlost.

(Džordž Orvel)

\*

Ljudi vole da pričaju o sebi i da se samoreklamiraju. Čak 40% razgovora provode govoreći o tome šta misle i kako se osjećaju. Istraživanja na Harvardu su pokazala da takvo ponašanje aktivira dijelove mozga odgovorne za zadovoljstvo, dakle, iste one koji reaguju na nadražaje kao što su seks ili hrana. Otuda i „šerovanje“ na Fejsbuku pruža (skoro) podjednako zadovoljstvo kao i seks.

\*

**Knjige ne spadaju u hartije od vrednosti.**

(Miljenko Žuborski)

\*

**Razlog za svaku desetu automobilsku nesreću** je ometenost vozača nekom od sljedećih aktivnosti za vrijeme vožnje :

- namještanje odjeće
- popravljanje frizure
- šminkanje
- proučavanje tena i zuba na retrovizoru
- izgled noktiju
- mijenjanje naočara
- stavljanje kravate

- stavljanje nakita ili satova
- promjena cipela
- razgovor mobilnim telefonom
- pušenje
- okretanje za zgodnom prolaznicom ili vozačicom
- pojava insekta u automobilu
- žena koja zvoća

\*

**Ljubitelji klasične muzike u Srbiji su kao ljubitelji čvaraka u Teheranu.  
Nije da ih nema, ali nisu baš masovno rasprostranjena pojava.**

(Ivan Tasovac, direktor Beogradske filharmonije)

\*

**REŠE ŠERESŠ** (1899-1968), upisan u knjige rođenih kao Rudi Špicer, samouki je muzičar koji je na tekst Javora Lasla komponovao svjetski poznati šlager „SUMORNA NEDJELJA“ (Szomoru' vasarnap). Pjesma je prevedena na 28 jezika i izvodili su je Rej Čarls, Bili Holidej, Sara Von, Bing Krozbi, Frenk Sinatra, Zvonko Bogdan, Cune Gojković i drugi. Šlager je vremenom proglašen himnom samoubica.  
I sam autor je svoj život skončao samoubistvom !

(Momčilo Petrović)

\*

43% odraslih osoba smatra da ljudi sa naočarima izgledaju profesionalnije i inteligentnije.

**Kod zapošljavanja poslodavci se radije odlučuju za kandidata sa naočarima !.**

\*

**VOLT DIZNI** je 1919.godine dobio **otkaz** iz lista „Kanzas siti star“, gdje su mu zamjerali na „nedostatku mašte i dobrih ideja“.

\*

U vicevima Srbin uvek nadmudri Rusa i Amerikanca, a ima pokušaja da se to postigne i u praksi.

(Ranko Guzina)

\*

ADOLESCENTI koji puno vremena provode slušajući glasnu **muziku (> 89 dB)** na koncertima, po klubovima ili pomoću MP3 imaju veću sklonost da puše marihuanu, 6 puta češće se opijaju i 2 puta češće ulaze u nezaštićeni seks.

(SEX&DRUG&R'N'R)

\*

Osobe koje kupuju hranu isključivo u prodavnicama zdrave hrane vremenom postaju samoljubive i sebične. Naime, vegani i vegetarijanci smatraju da su zbog zdrave ishrane disciplinovaniji i bolji ljudi od ostalih, te da nisu obavezni da pokazuju bilo kakvu solidarnost prema drugima.

(Dr Kandal Eskin, Univerzitet LOJOLA, Nju Orleans)

\*

**„Onazis fondacija“ je u Atini organizovala reviziju suđenja starogrčkom filozofu SOKRATU iz 399.god.p.n.e., kada ga je sud kaznio ispijanjem otrova. Na ponovljenom suđenju 2012.godine Sokrat je proglašen nevinim.**

(EuroBlic)

\*

U životinjskom svijetu mesožderi su atraktivniji, brži i opasniji (leopard, panter), dok su biljojedi tromiji (slon).

**Biti panter ili slon ?**

Otuda i predrasuda da muškarcima koji ne jedu meso „nešto fali“.

(Miljan Paunović)

\*

Za zaštitu prostate i poboljšanje seksualne funkcije poželjno je u svakodnevnoj ishrani koristiti **med, polen, ovas i sjemenke bundeve.**

\*

- **Ljudi upadaju u depresiju zato što nešto žele a to ne mogu da dobiju.** U vrijeme rata nema depresije jer ljudi misle samo o opstanku. Protjerajte depresivnog čovjeka iz toplog stana na mraz i ulicu, ne dajte mu da jede i već poslije nedjelju dana on će se sa velikim entuzijazmom otimati o kosku sa uličnim psom !
- Ako smatraš da ti je život jadan i dosadan, prije ili kasnije, u glavi će ti se pojaviti misli o samoubistvu. Zato promijeni uslove ! Knjige, filmovi i zabava u slobodno vrijeme služe kao spoljašnji uslovi, ali dok se posvećuješ spoljašnjim uslovima – ne razvijaš sebe. Zato treba uključiti film u svojoj glavi, postati svoj režiser i obogatiti svoj svijet, ali ne spoljnim činiocima. Vidjećeš da je tvoj unutrašnji svijet

hiljadu puta bogatiji od spoljašnjeg. Tvoj film je drugačiji pa ćeš bolje razumijevati druge. I tu ne može da bude depresije. Od jutra do večeri ćeš od radosti plesati zato što za radost postoji bezbroj razloga !

- Kada bi svako mogao da ovlada onim što posjeduje, ljudi bi zaboravili na depresiju. Ali, nažalost, mnogi traže lakše načine. Naravno, izbor je naš.

(Ruben Papian, ekstrasens)

\*

### **Ameri(kanci) :**

- 20% ih je psihički neuračunljivo
- 15% ih je sklono narkomaniji
- 30% ih je homoseksualno orijentisano
- 40% ih ne radi
- 60% ih ne čita knjige ili čita samo krimi i porno štiva
- Ih, ih, ih .....

\*

Svako u granicama svog shvatanja misli da radi za sebe,  
za svoju ideju, a u granicama svog neshvatanja  
radi za onoga ko zna i razume više.

\*

**Pretjerano dopuštanje** mališanima da gledaju televiziju ili igraju video igrice **spada u oblik zanemarivanja djece** od strane roditelja (pasivno roditeljstvo), jer takva djeca pokazuju slabiji uspijeh u školi.

(Arik Sigmen, psiholog)

\*

Oko 84% žena i 75% muškaraca u nekom periodu svog života imalo je nekog „otrovnog“ prijatelja, a čak 80% žena nije znalo kako da to prijateljstvo prekine.

Otrovna prijateljstva su zahtjevna, iscrpljujuća, nepouzdana, ne pružaju podršku, ruše samopouzdanje, izazivaju stres i osjećaj zarobljenosti i iskorištenosti.

(Dr Džen Berman, „Kad prijateljstvo boli“)

### **5 OTROVNIH tipova PRIJATELJA :**

1. Prekršilac obećanja
2. Teški izdajnik
3. Ljubitelj samoga sebe
4. Dežurni kritičar
5. Takmičar



## ANTIDOT (protivotrov) :

1. Smanjiti očekivanja
2. Prekinuti takvo prijateljstvo
3. Emocionalno se ograditi
4. Ugasiti takvo prijateljstvo
5. Izbjegavati situacije koje vode u takmičenje

\*

U Crnoj Gori, zemlji Sv.Petra Cetinjskog, Sv.Vasilija Ostroškog i vladike Njegoša,  
u zemlji u kojoj živi samo 3% katolika i 70% pravoslavaca,  
Rimokatolička crkva je potpisala ugovor, **konkordat**,  
kojim će dobiti prava kakva nema nigdje u svijetu, pa ni u katoličkim zemljama !  
Imaće svojevrsnu samostalnost i biće izuzeta iz crnogorskih zakona.

(Ekstra)

\*

Muškarci **savršenih crta lica**, koje žene smatraju neodoljivim, skloniji su egoizmu, kako u životu i vezi, tako i u krevetu. Slično se dešava i sa ženama sa lijepim crtama lica, ali u znatno manjoj mjeri, jer su žene sklonije kompromisima.

\*

Znaci i simboli upravljaju svijetom, a ne riječ i zakon.

(Konfučije)

\*

**HIMNA** je hvalospjev zemlji i kao takva je odraz identiteta i pripadnosti.

(Marko Veković, politikolog religije)

\*

Himna „**Bože pravde**“ je nastala prije gotovo 140 godina. Jedino što u njoj može da vređa nesrpski živalj jeste to što je u pitanju himna srpskog naroda i srpske države. Onima kojima smeta što se u njoj pominje srpski narod, sasvim sigurno smeta i to što je ovo srpska država, što je srpski grb i što je srpska zastava.

(Dragomir Acović, heraldičar)

\*

Za razliku od nekih evropskih himni u čijim tekstovima se veličaju nacionalne bitke i pozivi na boj, „**Bože pravde**“ je potpuno bezazlena, molitvena i pomirljiva.

(Press)

\*

Ako si slab po duhu, nikakvo oružje ti neće pomoći.  
Mač nije ništa, duh ratnika je – sve !

\*

Teroristi planiraju napad tamo gde je velika prisutnost medija.  
Uspeh terorista ne meri se brojem ubijenih ljudi već minutama  
u televizijskim vestima i brojem naslovnih strana.

(Miroslav Lazanski, vojni analitičar)

\*

Sve ću kupiti, reče zlato ; sve ću uzeti, reče sablja.

(A.S.Puškin)

\*

**Ronhopatija** (hrkanje u snu) sreće se stalno kod 25% odraslih osoba i kod 35% povremeno, češće kod muškaraca i gojaznih osoba.

\*

### **GESTIKULACIJE otkrivaju osjećanja**

- Žena koja se igra pramenovima svoje kose ili zabacuje kosu iza ušiju, na ovaj način pokazuje svoju, otvorenost, potrebu za iskrenošću, radoznalost i zanimanje za muškarca u čijem je društvu.
- Muškarac koji dodiruje svoju kosu je nervozan, želi da se oslobodi pritiska ili krivice koju osjeća, mada taj gest može značiti i da pokušava da se nečega prisjeti.
- Ako žena u prisustvu muškarca dodiruje svoj vrat ili lice, to je gest zavodjenja.
- Prekrštene ruke na grudima tokom razgovora si znak otpora i odbijanja zbližavanja.
- Grickanje sjemenki, žvake, noktiju ili drške naočara je znak nervoze, netrpeljivosti ili griže savjesti zbog nepodudaranja onoga što se misli i onog što se govori.
- Perfekcionizam govori o nezadovoljstvu sopstvenim životom. Sređujući stvari oko sebe perfekcionista stiče utisak da će srediti i svoj život.
- Osobe koje imaju naviku da se više puta vraćaju u stan da provjere jesu li isključile peglu, zatvorile vodu i sl. plaše se izazova spoljašnjeg svijeta jer nemaju povjerenja ni u sebe ni u druge ljude.
- Ljudima koji u torbama nose sve „što bi im moglo zatrebati“, od igle, kozmetike, šećera, vode, užine, kišobrana, nedostaje samopouzdanje i stoga žele da svaku situaciju dočekaju spremni.
- Oni koji započinju svašta a ništa ne dovrše, nemaju strpljenja i od svega odustaju (čitanje knjige, gledanje filma, vježbanje) imaju probleme sa autoritetima.
- Šaranje po papiru (figurice, slova i sl.) odraz je rasijanosti i opsjednutosti problemima. Pomoću šaranja osoba se usredsređuje na razgovor, ali i za 60% slabije pamti.
- Kuckanje prstima po stolu i cupkanje nogama upućuje na hiperaktivnu, nervoznu i avanturistički nastrojenu osobu, koja je pod stalnim uticajem adrenalina.

- Osobe koje često provjeravaju mobilni telefon, od koga se nikada i ne odvajaju, imaju ozbiljan nedostatak pouzdanja i ljubavi u realnom životu. Telefon im je oslonac i podrška !
- Gestikulacije i oponašanje dječijeg načina govora u vrijeme odmora i opuštenosti je nešto što inspiriše na milovanje i ljubav.

(„Život plus“)

\*

**Kad Bog hoće nekog da kazni, prvo mu uzme pamet.  
A kasnije mu da pare.**

(Aleksandar Čotrić)

\*

- Od pedesetih godina prošlog vijeka do danas udvostručena je prodaja većih brojeva grudnjaka (veličina D). Povećanje **grudi** kod novih generacija žena nastalo je većim unošenjem estrogenih hormona preko hrane i provođenjem kontracepcije hormonskim pilulama.
- Žene sa većim grudima imaju i više problema sa zdravljem: bolove u kičmi, vratu, ramenima, češće glavobolje i kožne osipe. Sve više ih zbog toga koristi anestetike i češće se podvrgavaju operacijama smanjivanja dojki.

Statistički, žene sa većim grudima u prosjeku žive 5 godina manje od žena sa manjim grudima (veličina A,B,C) !

\*

**Udaljio sam se od književnosti.  
I napisao bestseler.**

(Ivko Mihajlović)

\*

**Pad libida kod žena** nije uslovljen hormonima već problemom sa samopoštovanjem i željom za seksom. Naime, žena je osjetljivija na tzv. **test ogledalom**, pa je cijela stvar više povezana sa sviješću da su grudi izgubile elastičnost, da se zadnjica opustila, da su se pojavili celulit i masne naslaga gdje ih nije bilo, nego sa hormonalnim promjenama. Rješenje nije u terapiji lijekovima, već u suočavanju sa sopstvenim izgledom u protoku vremena.

(Dr Patricija Barlou-Koh, Univerzitet Pen)

\*

**Dolazi vrijeme kada će ljudi poludjeti i kada vide nekoga ko nije poludio,  
napašće ga govoreći : „Ti si lud, ti nisi kao mi.“**

(Apa Antonije Egipatski)

\*

**Spavanje na slami**, naročito ZOBENOJ je vrlo zdravo jer produžava fazu okrepljujućeg sna, umiruje hiperaktivne osobe, a uz to, nema grinja ni drugih alergena !

Parovima na „medenom mjesecu“ preporučuje se postelja od KUKURUZNE ŠAŠE, jer „uzbudljivo“ šušti pri pokretima.

(Dr Gordana Isailović)

\*

**MALA ZNANJA DOBIJAJU SE UČENJEM.  
VELIKA ZNANJA DOBIJAJU SE VEROM I POŠTENJEM.**

(Sv.Nikolaj Žički)

\*

Ljudi sa sindromom pomanjkanja pažnje s hiperaktivnošću (**ADHD**) su najčešće vrlo inteligentni i izrazito maštoviti.

Od ADHD (Attention Deficit/Hyperactivity Disorder) „patili“ su i :  
Leonardo da Vinči, Salvador Dali, Vinsent Van Gog, Abraham Linkoln,  
Albert Ajnštajn, Wolfgang Amadeus Mocart, Džordž Bernard Šo, Tomas Edison, Alfred Hičkok, Tom Kruz, Bil Gejts, Dastin Hofman, Stiven Spilberg...

\*

Nijemac **Matijas Rust** je kao 19-godišnjak 28.maja 1987.g. avionom „Cesna“ sletio na Crveni trg u Moskvi. Proglašen je huliganom. Neki misle da je baš on ubrzao „perestrojku“.

\*

MUZIKA kod pacijenata koji se pripremaju za operativni zahvat smanjuje napetost, ublažava bolove i pomaže u postoperativnom oporavku.

\*

Iako 80% šaljivih doskočica izlazi iz ženskih usta u okruženju nailaze na ignoranciju, dok se 90% fora i fazona, koje kao iz rukava sipaju muškarci, prihvata opštim smijehom i odobravanjem. Ta je zbog „plemenskog ponašanja“ okoline po kome se „odlučuje“ šta je duhovito a šta nije. U stvari, žene nisu manje smiješne, već one humor koriste na drugačiji način od muškaraca.

(Dr Aleks Bakster)

\*

**Savršen zločin. Nema tragova, nema svedoka, nema pravosuđa.**

(Goran Dokna)

\*

Nasuprot uvriježenom mišljenju da je ekstrovertnost poželjnija karakteristika, istraživanja sa Berklija su pokazala da su **stidljive osobe** pouzdaniji radnici, odaniji ljubavnici, poželjnije komšije tj. da su pravo oličenje vrlina i morala !

**Stid** („emocionalna nespretnost“) je karakterna osobina koja čovjeka podstiče na povjerenje i saradnju, dok je **sram** negativno osjećanje koje potiče od toga da smo svjesni da nešto nismo dobro uradili.

(Pol Viler, psiholog)

\*

Dužni smo da se povinujemo priznatoj zemaljskoj vlasti sve dotle dok ona ne zahteva od nas ono što Bog zabranjuje i dok ne zabranjuje ono što Bog zapoveda.

(Sv. Filaret Moskovski)

\*

OMILJENO VOĆE i karakter :

JABUKE	Vrijedan, požrtvovan, srdačan, predvidiv, dobar prijatelj, „fer plej“ igrač
KRUŠKE	Blag, nježan, popustljiv, ljubazan, elokventan, sklon melanholiji
POMORANDŽE	Zatvoren, čudljiv, uzdržan, promjenjivog raspoloženja, u ljubavi pasivan i racionalan
JAGODE	Gostoljubiv, zabavan, istančanog stila, pravdoljubiv
BANANE	Blag, sentimentaln, nepostojan, posesivan
LUBENICE	Optimista, strpljiv, vrijedan, senzualan
GROŽĐE	Društven, „timski igrač“, suptilan, samouvjeren, lider, u ljubavi beskompromisan i predan
BRESKVE	Visokih kriterijuma u poslu, ljubavi i roditeljstvu
SMOKVE	Razborit, taktičan, izuzetne moći zapažanja
TREŠNJE	Promišljen, specifičan, nepredvidiv, istančanog ukusa, u ljubavi nedokučiv
KAJSIJE	Društven, šarmantan, prijemčiv, odan prijatelj i ljubavni partner na duge staze

\*

Sedamdesetih godina prošlog vijeka **flipper** je mogao razviti zavisničko ponašanje, osamdesetih to je bio **televizor**, a devedesetih je tu ulogu preuzeo **internet**. U 21. vijeku zavisnost će stvarati **upotreba svih savremenih tehnologija** !

Strah da se može ostati bez dometa, kredita ili pristupa internetu sličan je onome kod zavisnika od droge, kocke ili alkohola. Osoba prvo postaje nervozna, zatim razdražljiva, ima blagu drhtavicu, glavobolju i na kraju - opsesivne misli.

Dezorijentisana je i djeluje bolesno.

. Naizraženija je zavisnost kod vlasnika smartfona i stručno se naziva **nomofobija**.  
Terapija je slična tretmanima svih ostalih vrsta zavisnosti i traje oko godinu dana.

(Milan Radovanović, psiholog)

\*

**Ko drži jezik za zubima, nije mutav !**

(Miodrag Lazarević)

\*

**RIJEKA** je poseban grad. U njemu je svako svakom stranac.

Volim Rijeku jer ne volim ljubljenja, grljenja, slinavljenja,  
a onda zabijanja noža u leđa.

Obožavam distancu.

(Vedrana Rudan, spisateljica)

\*

Ljudi koji često sebe okrivljuju za životne situacije i probleme, i zbog toga imaju  
grižu savijesti, mnogo češće postaju depresivni.  
Tako je potvrđena Frojdova teza da depresiju od tuge razlikuje snažno osjećanje krivice.

(Univerzitet Mančester)

\*

**Nedvosmisleno je dokazano da alkoholna pića i u najmanjoj količini  
djeluju kancerogeno i na ljude i na životinje.**

Pojedini sastojci alkoholnih pića, kao npr. resveratrol u crnom vinu može biti od koristi,  
ali alkohol - sigurno ne.

(Dr Pol Latino Martela)

\*

Američki stručnjaci su dokazali da psi, **kućni ljubimci**, imaju emocije, osjećanja i  
motive za neke radnje kao i empatiju prema svojim vlasnicima.

Vremenom vlasnici na svoje pse prenose svoja raspoloženja i crte karaktera,  
dok ne počnu i fizički da liče jedni na druge.

\*

**NE postoje dokazi da ispijanje vode prije obroka smanjuje apetit.**

(Prof.Dr Stenli Goldfarb, Univ.Pensilvanija)

**NE postoje dokazi da je ljudskom organizmu, da bi normalno funkcionisao, potrebno baš 8 čaša vode dnevno, jer ispijanje vode i kada nismo žedni, remeti balans vode i minerala.**

(Dr Margaret Mekartni, Glazgov)

**Manji unos soli (NaCl) ishranom koristan je samo osobama sa art. hipertenzijom i kardiovaskularnim bolesnicima, ali NE i zdravoj populaciji.**

(Belgijsko istraživanje)

\*

0,5 l „Coca-Cole“ = 54 gr šećera (17 kockica) = 120 g čokolade.

250 ml „coca-cole“ = 105 kcal

54 gr šećera = 216 kcal

100 gr čokolade = 512 kcal

\*

Danas psihijatri tvrde da je 21.vijek donio novu vrstu paranoje nazvane **TRUMANOV SINDROM**, od koga pate oni koji su ubijeđeni da je njihov život jedna velika medijska predstava, da su svi oko njih glumci, da su TV vijesti smišljene zbog njih, a životne situacije unaprijed osmišljene a događaji inscenirani radi zabave gledalaca. U pitanju je funkcionalni a ne organski poremećaj tj poremećaj svijesti u smislu depersonalizacije i derealizacije. To je reakcija osoba predisponiranih na stres i kontinuirano opterećenje i nesvjesno postavljanje sebe i sopstvenog života na pijedestal opšte važnosti. Žrtve su osobe koje streme socijalnom uspjehu i svoje ponašanje baziraju isključivo kroz prihvaćenost i divljenje drugih.

(Dr Nevena Čalovska-Hercog, psihijatar)

Naziv potiče po filmu Pitera Vira „TRUMANOV ŠOU“ iz 1998.g. u kome glavni junak Truman Burbank (Džim Keri) dolazi do šokantnog otkrića da je cio njegov život velika laž !

\*

**Trebalo bi da smo vrlo obrazovan narod.  
Nema toga ko nam nije delio lekcije i ko nas nije učio pameti.**

(Ranko Guzina)

\*

Kandidati na prijemnim i završnim ispitima koji povremeno **pijuckaju vodu** imaju bolju koncentraciju, logiku i prisjećanje i za 10% bolje rezultate od onih koji nisu pili vodu. Razlog za to je što je voda stimulans i što rehidracija organizma pozitivno djeluje na mozak i samopouzdanje. Dobar efekat mogu dati i mliječna čokolada ili kolač pred ispit.

\*

LUK, JABUKA i KROMPIR imaju isti ukus, a miris je taj koji pravi razliku koju osjećamo.

\*

### U ČEMU SU ŽENE „JAČI“ POL ?

Inteligencija se ispoljava kombinovanim djelovanjem lijeve i desne hemisfere mozga. U lijevoj su smještene logičke, verbalne i analitičke sposobnosti, a u desnoj vizuelne, perceptivne i sintetičke. Kod žena je dominantna desna hemisfera mozga, uz napomenu da su im neuronske veze između hemisfera jače. Zbog toga :

- žene brže razmišljaju, kreativnije su i bolje improvizuju
- bolje su organizovane i lakše se koncentrišu na zadatke
- lakše rade više stvari istovremeno
- bolje barataju informacijama
- maštovitije su i češće se smiješe
- smirenije su i lakše se nose sa stresom
- posjeduju verbalnu superiornost i bogatiji rječnik
- lakše uče strane jezike
- dnevno izgovore 6000 – 8000.- riječi i uživaju razgovarajući
- imaju bolje komunikacione sposobnosti (PR, HR, marketng)
- čak i kad se odmaraju mozak im analizira informacije
- bolje koriste svoja čula
- imaju jaču intuiciju i brže „osjete“ nečiji karakter
- lakše prepoznaju laž i bolje čitaju „neverbalne signale“
- lakše kažu šta osjećaju, lako zaplaču i sklonije su depresiji
- češće govore „između redova“ nego direktno
- brže rješavaju anagrame
- imaju razvijeniji osjećaj za estetiku
- bolje podnose bol
- fizički su otpornije
- zbog bolesti manje odsustvuju sa posla
- kroz evolucijski proces žene postaju i sve ljepše

Kod muškaraca je dominantna lijeva hemisfera mozga i zato:

- probleme rješavaju jednostavnije i logičnije
- imaju bolju sposobnost orijentacije i snalaženja u prostoru



- veći su optimisti
- „biološki sat“ im otkucava sporije
- zarađuju više i imaju bolja radna mjesta
- stvaraju čvršća i trajnija prijateljstva
- rijetko plaču i razgovaraju o osjećanjima
- teže podnose bolove (24% muškaraca ne bi bilo u stanju da izdrži porođajne bolove) ali za ženu bi dali sve, pa i dva rebra, ako treba !

\*

**Centar za terapiju bola** - Poliklinika KC Srbije + 381 11 366 – 3207.

\*

**Većina naših prezimena završava se na - vić,**  
što u staroslovenskom jeziku znači „ potomak od ...“

\*

**BRAK** je najbolja stvar koju muškarac može da uradi za svoje zdravlje, jer tada može da dosljednije praktikuje **antistres aktivnosti** kao što su :

sport, kola, rekreacija, ribolov...

Za ženu su to druženja sa prijateljicama i  
razmjena osjećanja i iskustava iz ličnog života.

\*

**RIDOKOSI** ljudi čine samo 1 – 2 % opšte populacije.

Prirodno crvena kosa je izuzetno rijetka i smatra se posljedicom mutacije gena.

\*

**Svrbi me lijevi dlan, što znači da mog muža upravo svrbi desni.**

(Bojana Stojković)

\*

**GORDIJEV ČVOR** je razvezan tako što ga je mačem presjekao **Aleksandar** (Karanović) **Makedonski**, Srbin, oko koga se danas svađaju Grci, tvrdeći da je on bio Grk i Makedonci, koji tvrde da je bio Makedonac. Aleksandar nije mogao da bude Grk, jer je njegovog oca Filipa Demosten u svojim čuvenim „filipikama“ nazivao varvarinom, a nije mogao da bude ni Makedonac, jer da je bio Makedonac Makedonci bi vladali Balkanom, a ne Srbi.

(Dejan Lučić, publicista)

\*

**Čoveku je dovoljno da samo dva puta u životu bude pametan –  
kada bira profesiju i saputnika.**

(Duško Radović)

\*

Za jačanje imuniteta pomaže kombinacija : **cimet + med + limun.**

\*

Tri nova slova u crnogorskom jeziku su dijalektalne foneme kojih nikada nije bilo u govoru obrazovanih Crnogoraca i ne spadaju u standard jezika.

**Crnogorski jezik** ne postoji i to je samo srpski ijekavski.

**Bošnjački** je takođe srpski ijekavski, s tim što ima veći procenat arabizama i turcizama i da gotovo ne upotrebljava ćirilicu. S naučnog gledišta to je samo jedna od tri varijante srpsko-hrvatskog jezika.

(Prof.Dr Ivan Klajn, lingvista)

\*

**Imao sam mnogo prijatelja.  
Dok ih nisam upoznao.**

(Mitar Đerić)

\*

**Danju spava, a noću luduje - sa kompjuterom.** Ne kupa se, ne brije se i ne šiša. Jede samo ako mu nešto donesu. Nema želje niti interesovanja za učenje, čitanje, druženje... Ne izlazi iz zamračene sobe i na svjetlost reaguje kao đavo na krst.

Najčešće ima od 20 do 25 godina, blijed je i iscrpljen.

Ovo je profil modernog zavisnika od kompjutera, kakvih ima sve više na planeti.

Japanci su ovu vrstu zavisnosti nazvali **HIKIKIMORI.**

(Večernje novosti)

\*

„**Coca-Cola ZERO**“ sadrži **aspartam**, vještački zaslađivač koji je 180 puta slađi od šećera, a 1 gr sadrži samo 4 kalorije. 100 gr aspartama sadrži 40% aspartamske kiseline sa neurotoksičnim djelovanjem (smanjuje pamćenje, izaziva depresiju, glavobolje i nesanicu). Od ostalih važnih sastojaka ZERO sadrži **fenilalanin** od koga osobe sa urođenom fenilketonurijom mogu i umrijeti, zatim **metanol** koji kada se razloži na mravlju kiselinu i formaldehid može izazvati i sljepilo.

**Fosforna kiselina** iz ove Coca-Cole utiče na smanjenje gustine kostiju i izaziva oštećenje bubrega, a **CO<sub>2</sub>** izaziva podrigivanje i nadimanje, pa konzument izgleda deblje.

\*

**Laž ćeš najlakše da progutaš ako si prije toga izgubio zube zbog istine.**

\*

**Život nije fer, navikni se na to !**

(Bil Gejts)

\*

- Kako se može definisati puž golać ?
- Kao puž sa nerješnim stambenim pitanjem.

\*

**Prekovremeni rad** duži od 11 sati dvostruko povećava šanse za nastanak **depresije**.

\*

**Žene vole iskrene komplimente** i to prvenstveno one upućene njenoj liniji. Takve komplimente doživljavaju kao potvrdu da uloženi trud oko sprovođenja mnogih dijeta nije bio uzaludan. Na drugom mjestu su svi ostali komplimenti koji se odnose na osmijeh, oči, garderobu, parfem i sl.

**A najmanje vole komplimente na račun njihove inteligencije !?**

(Život plus)

\*

**Najnovija istraživanja na Univerzitetu Oksford**  
**pokazaju da se žena može ugojiti i za samo 3 sata !**  
**Naime, nakon svakog obilnog obroka oko struka se akumuliraju masti**  
**u količini od 3 kafene kašike.**  
**Što su takvi obroci češći i tjelesna masa (TM) će biti veća !**

\*

Englesko „**WOW**“ uzvik za divljenje, naši prevodioci prevode kao „vau“.  
**Besmislica.**

Uzvik „vau“ može da znači samo lajanje, ne može da znači divljenje.

(Prof.Dr Ivan Klajn, lingvista)

\*

**Potomci starijih očeva** i sami su dugovječniji, jer su i na njihovim hromozomima telomere duže, ali zbog češćih genetskih mutacija naslijeđenih od oca imaju i povećan rizik za nastanak mnogih bolesti !

\*

LEČITE SE KOD NAS I  
OBDUKCIJU DOBIJATE GRATIS !

(Dejan Milojević)

\*

**U FNR Jugoslaviji je od 1948.godine po „liniji IB-a“  
osuđeno ukupno 55.663.- čovjeka.**

Među njima je bilo 12.- učesnika Oktobarske revolucije, 36.- španskih boraca, 23 savezna i republička ministra, 2.- predsjednika i 2.- potpredsjednika republičkih vlada, 39.- pomoćnika ministara, 36.- saveznih poslanika, 21.880.- učesnika NOR-a, 1.673.- nosilaca „Partizanske spomenice 1941.“, 4.153.- funkcionera KPJ, 1.722.- radnika policije i 2.600.- vojnih lica.

Na Golom otoku ih je 400.- izgubilo život.

(Ekstra)

\*

Niko ne zna da sam genije.  
To je jedan od nepoznatih detalja iz moje biografije.

(Zoran T.Popović)

\*

Vjerovatnoća smrti na rođendan je za 14% veća nego na neki drugi dan.

Kod žena starijih od 60 godina taj rizik je još viši.

Smrt od srčanog udara na rođendan je za 18,6% češća pojava,

od moždanog udara kod žena za 21,5% i

za 35% veća opasnost od samoubistva slavljenika !

(Univerzitet Cirih)

\*

Budi ljubazan prema bubalicama (štreberima).  
Velike su šanse u životu da ćeš raditi za jednog od njih.

(Bil Gejts)

\*

U želji da u radnoj sredini stvore **bliskost** žene se izražavaju indirektno i često koriste pogodbeni način, što muškarci doživljavaju kao nesigurnost i ulizivanje.

Muškarci se u radnom okruženju izražavaju kratko i direktno, što opet na žene djeluje grubo i nepoželjno.

Muškarcima su potrebni jasni zahtjevi i konkretna uputstva.  
Sve drugo ih ne uznemirava nešto posebno, kažu uspješne žene rukovodioci, koje znaju kako treba sa (potčinjenim) muškarcima.

\*

### OMILJENI UKUS SLADOLEDA i KARAKTERNE OSOBINE KONZUMENTA

Čokolada	Pun životne radosti i šarma
Čokolada u kornetu	Živahan, kreativan, entuzijasta, duša svakog okupljanja
Čokolada na štapiću	Darežljiv, šarmantan, ambiciozan, kompetentan, takmičar
Banana	Veliki optimista, neodlučan u ljubavi
Limun	Energičan, nametljiv, pravedan
Badem	Pun ideja, srdačan, saosjećajan
Pistači	Oprezan, savjestan, perfekcionista, agresivan u sportu
Jagoda	Otvoren, inteligentan, emocionalno jak, hedonista
Vanila	Nježan, tolerantan, svestran, tradicionalista visokih ideala

(Sandro Manfroni, psihoterapeut)

\*

**Osobe koje se profesionalno bave plesom češće se razvode.  
43% plesača i plesačica je razvedeno.**

\*

Djeca čiji roditelji imaju različite maternje jezike (**bilingvalna djeca**) progovore sa manjim zakašnjenjem, ali tokom odrastanja pokazuju bolje mentalne sposobnosti, brže sazrijevaju i u zreloj dobi su opreznije kod donošenja odluka.

(Britansko istraživanje)

\*

Prije tvog rođenja, tvoji roditelji nisu bili dosadni kao sada.  
Postali su takvi zbog plaćanja tvojih računa, čišćenja tvoje odjeće i slušanja tebe kako pričaš da si **cool**. Zato, prije nego počneš da spašavaš šume od parazita i raznih zagađenja, pokušaj da složiš svoje stvari u ormar u sobi.

(Bil Gejts)

\*

**Nisu naši navijači pravili nered u Poljskoj, već  
Srbi preobučeni u hrvatske dresove.**

(„Večernji list“)

\*

Mi smo svojevremeno prešli Albaniju. Sad su Albanci prešli nas.

(Dragutin Manić)

\*

**LAŽ je redizajnirana ISTINA !**

(Ivko Mihajlović)

\*

**Surfovanje internetom** za vrijeme radnog vremena čini nas boljim radnicima od onih koji su cijelo vrijeme fokusirani na obavljanje svog radnog zadatka.

(Univerzitet Kopenhagen)

\*

Prva **narkoza** je obavljena 11.12.1844.godine u zubarskoj ordinaciji, kada je Dr Horas Vels udisao gas „smijavac“, kasnije nazvan „Velsov gas“ i njime bio toliko omamljen da mu je kolega bezbolno izvadio gangrenozni zub.  
Tek 1892.godine hirurg Karl Ludvig Šlajh je otkrio lokalnu anesteziju.

\*

- Dijeljenje troškova, strah od samoće ili želja za potomstvom ne bi trebalo da budu razlozi za stupanje u brak.
- **Jedini pravi razlog za vjenčanje trebalo bi da bude obostrana želja da se ostatak života provede sa nekim koga realno sagledavamo sa svim njegovim vrlinama i manama.**
- Iako čak 80% parova želi da prije stupanja u brak neko vrijeme živi zajedno, smatrajući da je to dobar način da se izbjegne eventualni razvod, kasnije su ipak nezadovoljni svojim brakom i češće se razvode.
- Isto se dešava i parovima koji se vjenčaju u trenutku kada im je veza postala problematična, naivno vjerujući da će te probleme prevazići u braku.

(Dr Helen Najtingejl)

\*

**Dva puta sam se ženio i oba puta neuspješno.  
Prva žena me je ostavila, a druga nije !**

(Vladan Jevtić)

\*

Novac je kao kondom.  
Bolje je da ga imaš, a da ti ne treba,  
nego da ga nemaš, a da ti treba.

(Ištvan Kazi)

\*

**Bez časti** politika postaje propast, vlast nasilje, pravda farsa, moć samovolja, bogatstvo pljačka, a privreda bijeda. Sloboda postaje javašluk, umjetnost kič, kultura bezobrazluk, hrabrost razbojništvo, a ponašanje prostakluk. Častoljublje prerasta u pohlepu, vaspitanje u egoizam, ponos u ulizištvo, služba u nevjerstvo i izdaju, a ljubav bez časti postaje moralna, estetska, fizička i duhovna pornografija.

(Dr Rade Rajić)

\*

**Malo je političara uspelo da se dokaže.  
Mnogo je više onih koji su ostali nedokazani.**

(Boran Popović)

\*

**Zaboravnost** kod mlađih osoba nastaje zbog mnogo razloga : stres, hormonalni disbalans, depresija, hronične bolesti, alergije, nikotin, alkohol, loše navike u ishrani, nedovoljno sna i dr.

Rješenja za „popravku štete“ su :

- žvakanje (žvakaća guma, grickalice, svježe voće i povrće)
- druženje i pričanje
- kafa (jutarnja, nakon obaveznog doručka)
- treniranje mozga (učenje stranih jezika, sviranje, čitanje, enigmatika, TV kvizovi)
- unošenje dovoljno vitamina C
- konzumacija ribe bar dva puta nedjeljno

\*

**Sve su Drine ovog sveta krive, nikada se one neće moći sve ni potpuno ispraviti, nikada ne smemo prestati da ih ispravljamo.**

(Ivo Andrić)

\*

**Galupovo istraživanje** je pokazalo da od anksioznosti, stresa i depresije pati 28% nezaposlenih i 17% zaposlenih žena.

A što se tiče djece, istraživanje je potvrdilo da skoro i nema razlike u krajnjem rezultatu odrastanja kod onih čije su majke radile i onih čije nisu imale ni dan radnog staža.

(Stil&dom)

\*

Komisija mi odbi zahtev za penziju.  
Nisam ispunio uslov jednog člana !

(Ilija Vasić)

\*

Slavno je Srbin biti ali – skupo.

(Meša Selimović)

\*

**Ponašanje na internetu** : kada se neprestano prelazi sa jednog softvera na drugi, češće koriste mejlovi, četovanje, preuzimaju video snimci i češće igraju video igrice, ozbiljan je indikator nastanka depresije !

(Njujork Tajms)

\*

## PRVA POMOĆ

### Kod uboda morskog ježa :

- Što prije izvaditi bodlje.
- Mjesto uboda natapati što duže sirćetom (sprečava širenje otrova i razgrađuje bodlje).
- Druga mogućnost je potapanje ekstremiteta u vruću vodu (40 - 50° C) najmanje 90 minuta (smanjuje bol, razgrađuje otrov i olakšava vađenje bodlje).
- Poslije vađenja bodlji izvršiti dezinfekciju sirćetom ili alkoholom, staviti antibiotsku mast, zaštititi flasterom ili gazom i zavojem.
- Ni u kom slučaju **ubodeno mjesto NE tretirati mokraćom !**
- Ako ništa od navednog niste uradili, pomoć potražite u zdravstvenoj ustanovi.

### Kod opekotina meduzom :

- Odmah izaći iz vode !
- Hladiti opečeno mjesto isključivo morskom vodom.
- Da biste ostrugali pipke koji peku, poslužite se brijačem ili plastičnom karticom, a potom ispirajte sirćetom.
- Ni u kom slučaju opekotinu **ne ispirajte slatkom vodom**, jer će reakcija kože biti još gora !
- Lakše opekotine tretirajte sa ledom u plastičnoj kesi (da opekotina ne bi reagovala na slatku vodu !).
- Druga priručna sredstva su : krem za brijanje, sapun ili oblog od pijeska ili blata sa morskom vodom.
- Kod opsežnije opekotine i alergijske reakcije odmah potražite hitnu medicinsku pomoć !

\*



Mokrenje u sjedećem položaju na WC šolji  
muškarcima olakšava potpunije pražnjenje mokraćne bešike,  
smanjuje probleme sa prostatom i doprinosi boljoj higijeni toaleta !

\*

### **Djeca svakodnevno troše tri puta više energije od odraslih.**

- Kada bi se dužine svih njihovih kretnji u parku, pijesku ili zatvorenom prostoru sabrale, to bi iznosilo čak 48 km !
- Njihove aktivnosti zahtijevaju toliku količinu energije koja može da se mjeri sa tri fudbalske utakmice odigrane u istom danu.
- Djeca dnevno potroše onoliko energije koliko bi odrastao čovjek potrošio tokom 83 runde (249 minuta) u boksu svakoga dana !

Ovo je potrebno da roditelji znaju kako bi dječiju ishranu obogatili energetskim namirnicama sa dovoljno vitamina C, kalcijuma, cinka, gvožđa i drugih važnih nutrijenata.

(Dr Kerin Rakston, nutricionista)

\*

POMOĆ kod ljetnjih opekotina od sunca :

1. Skuvati krompir sa ljuskom, zatim oguliti, izgnječiti, pomiješati sa kiselim mlijekom i kao oblog ostaviti na opečena mjesta u trajanju od 15 – 20 minuta.
2. Za blaže opekotine na tijelu pomažu i oblozi od kukuruznog brašna pomiješanog sa vodom.

\*

Preventivno uzimanje najmanje **600 mg folne kiseline** u prvim mjesecima trudnoće smanjuje rizik od autizma ili Aspergerovog sindroma kod djece za 38%

(Univerzitet Kalifornija)

\*

### **Žene bez argumenata najbolje plaču !**

(Rade Đergović)

\*

„Kruškasti“ oblik ženskog tijela je zdraviji od oblika „jabuke“.  
Struk koji je 80% uži od obima bokova generalno se smatra zdravim, a sa muškog stanovišta i znatno privlačnijim.

\*

Izrazita mršavost ili gojaznost **povećava rizik** da će muškarac imati određene seksualne probleme (erektilna disfunkcija, prerana ejakulacija, nemogućnost postizanja orgazma, bolovi kod koitusa i dr.).

Taj rizik kod mršavih muškaraca je 22%, dok kod gojaznih (sa obimom struka >105 cm) iznosi čak 71%.

\*

Čuda su moguća, ali se događaju samo onima koji u njih vjeruju.

\*

**Psihosomatske bolesti** su „odbrana“ od prihvatanja života sa svim teškoćama koje nosi.

#### PSIHOLOŠKI UZROCI BOLESTI :

<b>Srčane bolesti</b>	Niža emocionalna inteligencija. Svaki put kad ne iskažemo ljubav koju osjećamo - strada srce.
<b>Povišeni krvni pritisak</b>	Nezadovoljstvo postignutim rezultatima u životu uprkos željama, zalaganju i velikoj odgovornosti.
<b>Nizak krvni pritisak</b>	Malodušnost, ali i optimizam kojim se vole ljudi i život
<b>Diabetes mell. 2</b>	Osjećanje tuge i bola. Potisnuta želja da se bude voljen
<b>Artritis</b>	Perfekcionizam, svima na usluzi uz osjećaj da nismo voljeni
<b>Štitna žlijezda</b>	Strah od smrti, rigidnost, požrtvovanost i moralnost
<b>Bronhitis</b>	Nesređenost porodičnih odnosa, nesigurnost i trpeljivost
<b>Zubobolja i upalni procesi</b>	Strah da se uradi ono što se hoće, nesposobnost da se „sažvaću problemi“. Bijes i vezanost za prošlost
<b>Glavobolja</b>	Kompleks niže vrijednosti i nedostatak energije za teške životne situacije.
<b>Migrena</b>	Bolest „savršenih“, otpor prema obavezama i sopstvenoj nemoći, potisnuta seksualnost.
<b>Dermatološke bolesti i alergije</b>	Nesigurnot, nezadovoljstvo, pobrkana osjećanja prema nekome ili nečemu
<b>Herpes</b>	Trpljenje autoriteta u djetinjstvu, kasnije „vječita žurba“.
<b>Bubrežne bolesti</b>	Stalno samoosuđivanje i preispitivanje, ali i negativnost i destrukcija
<b>Ginekološki problemi</b>	Neprihvatanje svoje seksualnostii, zlostavljanje od partnera
<b>Frigidnost</b>	Strah od trajnije veze i emocija, iako je „srce toplo“.
<b>Cistitis</b>	Pretjerana brižnost za sve i svašta
<b>Hemoroidi</b>	Strah od odvajanja i nagomilavanje životnih problema

Ako vas nešto muči odmah to i kažite, tražite izvinjenje, ali i naučite da oprostite.

Plaćite ako ste tužni i smijte se kada ste srećni.

Lijepa riječ, osmijeh, zagrljaj ili pružena ruka više vrijede nego lijek na recept !

Radujte se životu .

Slušajte svoje srce i nikad ga ne utišavajte !

\*

**Sa svakim raskidom ljubavne veze ili braka gubi se prosječno 8 prijatelja.**

\*

**Kakav geometrijski spoj : okrugli sto i budale na kvadrat !**

(Radoje Galović)

\*

HITLER je bio moj veliki obožavatelj. Zvao me je da dođem u Njemačku i da rat nije počeo ja bih i otišla tamo, izvadila pištolj iz torbice i pucala u njega, jer sam bila jedina osoba koju ne bi pretresali.

(Greta Garbo, saradnik MI6)

\*

**Busanje u grudi je pripremanje terena za medalje.**

(Milenko Pejović)

\*

Hrana čija je boja podudarna sa bojom tanjira teži da se vizuelno stapa s njim, što ljude navodi da jedu više. Kada se ista količina hrane služi na tanjiru kontrastne boje, obrok izgleda veći i psihološki sasvim dovoljan i potpuno zadovoljavajući.

Uzimanje hrane pred ogledalom ili u ambijentu sa ogledalima smanjuje unos kalorija čak za 30% !

\*

- Zašto plavuša ide u crkvu sa mišem ?
- Paaa, da klikne na ikonu.

\*

**Ne može se liječiti oko bez glave, glava bez tijela i tijelo bez duše.**

(Sokrat)

\*

**PSI svih rasa** prestaju sa aktivnostima (ležanje, igranje, uzimanje hrane ili vode) i instinktivno prilaze i poznatim i nepoznatim ljudima koji plaču ili pate, umiljavaju im se i nježno ih dodiruju glavom ili šapom, cvile ili tiho zavijaju izražavajući tako svoje saosjećanje !

Zanimljivo je da kada vide da neko pati i plače na sličan način reaguju i sasvim mala djeca, .

(Univerzitet London)

\*

Nikada u istoriji zlo nije ostalo nekažnjeno, niti dobro nenagrađeno.

(Vladika Nikolaj Velimirović)

\*

**CUCLA varalica** kod male djece usporava razvoj govora i uzrokuje probleme sa rastom i položajem zuba. Najbolje je dijete odviknuti od cucle odmah nakon navršenih 6 mjeseci života.

\*

**Ja sam sitan lopov. Vanstranački !**

(Slobodan Simić)

\*

Danas se zaista više krade nego u vrijeme za kojim žale jugonostalgicari. U „ona vremena“ su ljudi na vlasti ispred sebe imali vječnost pa su zbog toga mogli da krađu i nekim laganijim tempom, u tome je razlika.

(Prof.Dr Danica Popović)

\*

Osobe koje redovno čitaju ili gledaju **komedije** i smiju se do suza najmanje 30 minuta dnevno imaju duži životni vijek, manje pate od povišenog krvnog pritiska i stresa, osjećanja su im optimističnija, a srce otvorenije za ljubav.

Depresivne žene koje preživljavaju emotivnu krizu, pate od PMS-a ili su u menopauzi, trebalo bi češće da gledaju **romantične komedije sa hepiendom**, a da izbjegavaju melodrame i djela sa komplikovanim emotivnim odnosima.

**Trilere, akcione filmove i romane** psiholozi preporučuju osobama koje imaju probleme sa samopouzdanjem i melanholijom zbog „adrenalinske injekcije“ na kraju !

**Horor** filmovi i knjige su pravo uživanje za osobe koje žele promjene u životu ili više uzbuđenja, ali samo ako nisu „tankih živaca“.

Sadržaji iz popularne **psihologije i misterije** su dobra uvertira za mentalne napore jer poboljšavaju koncentraciju i memoriju čak i bolje od raznih mozgalica.

**Naučnu fantastiku** vole intelektualci i umjetnici, koji su poslovično neshvaćeni u ovom svijetu jer su maštovitiji, originalniji i radoznaliji od drugih.

U **istorijskim spektaklima** uživaju romantičari koji su „promašili vijek“.

**Politiku i ekonomiju** „tamane“ češće nezaposleni ili osobe sa finansijskim problemima.

**Duhovnu i religioznu literaturu** prate osobe sa snažnom potrebom za duhovnošću i jačanjem vjere u Boga i čovjeka i to im pomaže da prebrode trenutne životne probleme. Ova djela su stvarno ljekovita, jer riječi poznatih psihijataru, duhovnika ili ljudi koji su doživjeli prosvjetljenje poslije neke tragedije ili bolesti, imaju pozitivan učinak i na papiru i na filmu, a ne samo u ličnom kontaktu.

\*

**Mozak je čudo. Što ga je manje, to je opasniji !**

(Slobodan Dučić)

\*

**Psihoptaske crte ličnosti** („poremećaj ponašanja“ ili „antisocijalna posebnost“) kod djece se mogu ispoljiti u najranijem uzrastu i to kroz mučenje životinja, maltretiranje druge djece, vršnjačko nasilje, potkradanje roditelja, odsustvo osjećanja i osjećaja krivice. Danas se smatra da mozak takve djece ne procesuiru strah zbog čega su sklonija rizikovanju. Nagrade im se dopadaju, a za kazne ne mare.

(Prof.Dr Stiven Skot, London)

- Djeca ne razlikuju ljutnju od mržnje i prezira pa često reaguju primitivno.
- Razmažena djeca, djeca koja nisu razvila empatiju prema roditeljima i koja su narcisoidna, imaju veoma nizak senzibilitet za druge i vrlo su egocentrična. To ih dovodi do logike predatora ili čak do zaključka „kako bi bilo sve bolje da neke osobe nema“ ili da jednostavno nestane neko na koga je mlada osoba ljubomorna (očuh, maćeha, brat, sestra, roditelj).
- Naglašeno pokazivanje ljubavi prema djetetu i zanemarivanje postavljanja granica dovodi do toga da dijete ne izgradi moralnu distancu u svojoj ličnosti.
- 1/3 psihopata potiče iz dobrih porodica u kojima su bili okruženi ljubavlju. Bezgranično vjerovanje djetetu i uzimanje u zaštitu bez osnova u djetetu podstiče psihopatski stav.

(Dr Zoran Milojević, psihoterapeut)

Specijalistička dijagnoza „**bezemocionalni poremećaj**“ odnosi se na psihopatiju kod koje kao da nedostaju dijelovi mozga važni za emocije. Zbog toga psihopate nemaju osjećaj kajanja, ni žaljenja, niti razmišljaju o svojim postupcima.

(Dr Kenet Kil, SAD)

\*

**Čija je duša uistinu razumna i čestita, to se ispoljava u pogledu, postupku, glasu, osmijehu, razgovoru i ponašanju.**

(Sv.Antonije Veliki)

\*

**VRAĆAJ SE BOGU UVIJEK KAD OSLABIŠ U BORBI SA ZLOM.**

\*

Kretanje može da zamijeni mnoge lijekove,  
ali nijedan lijek ne može da zamijeni kretanje.  
Ići pješice znači živjeti duže.

(Tiso, XVII.vijek)

\*

Bogato znanje zamijenite sa malo snalažljivosti, mnogo duha za samo malo zdravog razuma, a naglašenu temeljitost za malo površnosti i uz malo spretnosti, vedrine i galame u nastupu – uspjeh je gotovo siguran !

\*

**Ponekad nije dovoljno imati samo svoje JA.  
Potrebno je imati dva: JA-JA.**

(Slobodan Dučić)

\*

Ko nije našao ispunjenje u životu često umire nemirnom smrću ; nemirno se prevrće i kaje što je mnogo toga uradio pogrešno, suviše kasno je shvatio da status, primanja, imetak, ne vode obavezno zadovoljstvu !

Ko želi da bude zadovoljan treba da se uči smjernosti, da se ne smatra važnim, da prihvata hvalu i prijekor, a da pri tome ne ispadne iz ravnoteže.

(Ralf Goldšmit)

\*

**Ciciji jednako nedostaje ono što ima kao i ono što nema.**

\*

**Anđelina Džoli** se u Bosnu i događaje u Bosni razumije otprilike kao 99% čovječanstva u to šta je Higsov bozon.

(Žarko Marković, novinar)

\*

**Neznanje je majka drskosti.**

\*

Dobro otvori oči kad se ženiš, a poslije – zatvori !

(Šekspir)

\*

Priznanje je olakšavajuća okolnost na sudu, a ne u braku.

(Jan Sobotka, Češka)

\*

Žene su organizvanije od muškaraca po pitanju planiranja i realizacije godišnjeg odmora i sve konce drže u svojim rukama :

- biraju destinaciju
- nose pasoše jer se plaše da ih muškarci ne zagube
- čuvaju i raspoložu novcem tokom odmora
- komuniciraju sa strancima jer muškarci to najčešće odbijaju

Žene muškarcima prepuštaju samo prevoz i nošenje prtljaga !

(Teletext Holidays)

\*

**Krivicu po komandnoj odgovornosti u braku snosi žena !**

(Mikan Milovanović)

\*

**Molim pametnije da više ne popuštaju. Stanje je kritično !**

(Milovan Vitezović)

\*

Samo Božja ljubav u nama daće nam nepogrešivo, intuitivno osjećanje kada treba da činimo dobro bližnjem, kome i na koji način.

\*

**I MINUS JE POZITIVAN KAD SE PREKRSTI.**

(Milad Obradović)

\*

Budi ponosan, ali ne i ohol. Ponos je potreban svakom dobrom čovjeku, jer ga sprečava da podlegne zlim uticajima ili iskušenjima. Taj ponos je naprosto, poštovanje sopstvene ličnosti. Loši ljudi ga nemaju. Oni su samo oholi.

(Dr Arčibald Rajs)

\*

Poznavao sam jednog čoveka koji je za svaku situaciju koju on nema ili koju ne razume, uspevao da nađe neku zlu reč.

(Ivo Andrić)

\*

Velikodušan je onaj koji je srećan zbog tuđe dobre sreće i tužan kada druge nešto boli, a sve svoje daje lako i bez žaljenja.

\*

Proverite da li ste zaista dobar čovek. Pomozite onima koji vam ne mogu uzvratiti.

(Dušan Radović)

\*

Od davnina je poznato da je **MED** vrlo djelotvoran u liječenju rana, opekotina i ekcema. Ispod komprese i zavoja natopljenih medom ni najotpornije klice nemaju šanse da opstanu niti da postanu otporne na med, a proces zarastanja je znatno ubrzan. Med sadrži šećer koji izvlači vodu iz bakterija i tako im onemogućava razmnožavanje, a enzim glukoza-oksidaza neprekidno iz šećera oslobađa male količine baktericidnog vodonikperoksida. Med neutrališe i neprijatne mirise iz otvorenih rana i tumora jer onemogućava stvaranje jedinjenja azota i sumpora iz izumrlih ćelija.

(Prof.Dr Arne Simon, Univerzitet Bon)

\*

Tjelesna težina (**TT**) se može kontrolisati i tako što ćemo hranu sjeckati u manje zalogaje. Naime, dokazano je da kada čovjek jede veće komade hrane osjeća potrebu da nastavi s jelom, iako više nije gladan.

(Švajcarsko istraživanje)

\*

Postoje samo dva uzroka pojave svake bolesti :

1. nepravilan odnos preme sopstvenom tijelu (nezdrava i preobilna ishrana, nedovoljna aktivnost)
2. naše negativne misli, osjećanja i odnos prema drugim ljudima (mržnja, strast, gramzivost, gordost, neznanje)

(Valerija Tanović)

\*



Sve je lako kada se objasni.

(Latinska)

\*

NDH nije bila fašistička tvorevina.  
U redovima ustaša bilo je više antifašista nego na partizanskoj strani !

(Akademik Dubravko Jelčić, saborski zastupnik)

\*

Dobročinstvo koje nismo u stanju da uzvratimo može dovesti dotle  
da počinjemo da mrzimo naše dobročinitelje.

(Tacit)

\*

#### **PIVO i ZDRAVLJE :**

1. Pivo je izvrstan napitak koji nadoknađuje vodu i minerale.
2. Pivo oporavlja organizam nakon fizičkog napora, kreativnog sporta, šetnje ili trčanja.
3. Pivo sadrži vodu, minerale, bjelančevine, ugljene hidrate i anorganske materije u omjeru koji izaziva prijatan osjećaj osvježenja.
4. Pivo gasi žeđ, podstiče lučenje sokova za varenje i dobar je diuretik.
5. Pivo je niskokalorično piće i u umjerenim količinama ne deblja.
6. Pivo je preporučljivo i kod provođenja redukcionih dijeta !

(Dr Donatela Farini, biohemičar nutricionista)

\*

**Povremeni bol je dobar – opominje i vraća u stvarnost ;  
štiti telo od lude glave koja mnogo sporije stari.**

(Stevan Sremac)

\*

Čovjek se boji starosti, mada uopšte nije siguran hoće li je dočekati.

\*

**Ko misli svojom glavom – ne misli joj dobro.**

(Dejan Lopičić)

\*

Čudo da se na ispitima ne posmrzavamo.  
Znanje nam je često ispod nule.

(Grafit)

\*

Sve veći broj muškaraca i žena odustaje od konvencionalnog seksa koji je orijentisan na postizanje orgazma. Tehnika pod nazivom **KARECA** (ital.carezza=milovanje) pretpostavlja seks bez orgazma sa naglaskom na privrženosti i ljubavi.

(Press)

\*

**Klimatske promene same po sebi su teške, a još kad se poklope sa klimakteričnim !**

(Ranko Guzina)

\*

**MOLIMO DA NE PUŠITE U KREKETU !**

Pepeo na podu mogao bi biti i vaš !

(Beni Hil, glumac)

\*

Duvanski dim sadrži oko 4.000 poznatih hemijskih sastojaka.

Najmanje 250 od njih su opasni po zdravlje.

Više od 50 sastojaka je kancerogeno.

Ako **OSTAVITE PUŠENJE ODMAH** u vašem tijelu će se desiti sljedeće :

- Nakon 20 minuta vaš krvi pritisak će se vratiti u normalu.
- Nakon 8 sati nivo ugljenmonoksida u vašoj krvi spustiće se na polovinu, a nivo kiseonika vratiti u normalu.
- Nakon 2 dana u vašem tijelu neće biti nikotina. Čulo mirisa i ukusa vraća se u normalu. Rizik od srčanog udara počinje da opada !
- Nakon 3 dana bronhiji se opuštaju i javlja se osjećaj povećanja energije.
- Nakon 2 nedjelje cirkulacija se poboljšava i taj trend se nastavlja u narednih 10 nedjelja.
- Nakon 3 - 9 mjeseci vaš kašalj, pištanje i drugi problemi nestaju, a kapacitet pluća se poboljšava za 10%.
- Nakon 1. godine rizik od srčanog udara smanjuje se na pola.
- Nakon 5 godina rizik od moždanog udara biće isti kao kod nepušača.
- Nakon 10 godina rizik od raka pluća biće isti kao kod nepušača.
- Nakon 15 godina rizik od srčanog udara ponovo će biti isti kao kod nepušača.
- Nakon dvostrukog broja godina od prestanka pušenja u odnosu na broj godina pušačkog staža bićete oporavljeni i zdravi kao da niste nikada ni pušili !

\*

Do ljubavi prema Bogu može doći samo onaj ko je dodirnuo dno ljudske patnje, a da ga ona pri tome nije učinila zlim i ogorčenim.

(Sergej Nikolajevič Lazarev)

\*

Vera je sila duhovna.

Mala vera ne pokreće ni um na razmišljanje o Bogu, ni srce na molitvu Bogu.

(Prof.Dr Vladeta Jerotić)

\*

## TIPOVI PARTNERSKIH ODNOSA

- **Izbjegavajući tip emocionalne vezanosti**  
Osobe iz ove grupe imaju pozitivnu sliku o sebi i negativnu o drugima. Nikome ne mogu da vjeruju i oslanjaju se samo na sebe. Izbjegavaju bliskost, negiraju vrijednosti potencijalnih partnera i naglašavaju značaj sopstvene nezavisnosti. Na ljubavne izlive reaguju sa gađenjem i smatraju ih otrcanim. U emotivne veze ulaze rijetko ili pak često ali površno. Prototip ovakve osobe u ženskoj verziji je „karijeristkinja“, a u muškoj osoba koja pridaje veliki značaj ličnoj slobodi i čestim promjenama partnerki. U osnovi ovakvih ponašanja je strah od odbacivanja, povređivanja i drugih rizika koje nosi prepuštanje i vezivanje za drugu osobu.
- **Preokupirani tip emocionalne vezanosti – „zavisnički“ ljubavni odnosi**  
U pitanju su osobe koje imaju negativnu sliku o sebi, a pozitivnu o drugima. Kroz primanje ljubavi od drugih stiču doživljaje da ipak vrijede i da bi zadržale tu pozitivnu sliku o sebi razvijaju jaku zavisnost u odnosu na partnera, postaju ljubomorne i posesivne.
- **Bojažljivi tip emocionalne vezanosti**  
Neke osobe se plaše vezivanja i rizika povređivanja od strane partnera i zato izbjegavaju „takve situacije“. Misleći loše i o sebi i o drugima, rijetko ostvaruju emotivne veze, a i te su mahom haotične. Osobe koje su za njih zainteresovane doživljavaju kao inferiornije od sebe samih !
- **Sigurni tip emocionalne vezanosti**  
U pitanju su osobe koje imaju pozitivnu sliku i o sebi i o drugima. Imaju izgrađen osjećaj sopstvene vrijednosti, prija im bliskost u partnerskim odnosima, otvorenost ali i sopstvena autonomija. Vjeruju sebi i partneru jer imaju izbalansiran osjećaj između potreba za samostalnošću i pripadanja.

(Mia Popić, psihoterapeut)

\*

[www.psihološkikutak.com](http://www.psihološkikutak.com)

\*

Trebalo bi do daljeg zabraniti govore.  
Neka svako uradi ono što je hteo da kaže.

(Dušan Radović)

\*

Kad god sam bio među ljudima i predavao se dugim razgovorima, vratio bih se manje čovjek nego što sam prije toga bio. Tada moram dugo da liječim dušu dok ne povratim onu vedrinu, jednostavnost i snagu koju sam ranije imao.

(Monah Kalistrat, Atos)

\*

Umjesto termina slavan koristim - „ljudima prepoznatljiv“.  
Slavni su Tesla, Ajnštajn, Mocart, Gete, Platon, Marija Kiri, a mi glumci smo oni koje jednostavno prepoznaju.

(Bogdan Diklić, glumac)

\*

**Bolest** nas podstiče na ispravan pogled na svijet, primorava nas da se mijenjamo iznutra, kad već to ne činimo dobrovoljno. **Iskrenost** ne dozvoljava agresiji da uđe u dušu i tako spašava čovjeka od bolesti.

(S.N.Lazarev)

\*

**Sreća nakon postignutog cilja je dobra, ali kratkotrajna.**  
**Dugotrajniji osjećaj sreće kod ljudi izaziva stizanje do cilja uz naporan rad.**

(Univerzitet Geteborg)

\*

Jedno multicentrično istraživanje na 50.000 ispitanika životne dobi od 50 – 64. godine pokazuje da je svako povećanje buke za 10 decibela povezano sa 12% većim izgledima za srčani udar !

\*

**Vrijeme je relativan pojam.**  
**Sve zavisi od toga s koje strane vrata klozeta se nalaziš.**

\*

## TOPLOTNA BOLEST

(Zdravlje & Nauka)

U vrelim ljetnim danima većina ljudi ima zdravstvene tegobe. Najugroženija populacija su mala djeca, starije osobe, hronični bolesnici, radnici koji rade na otvorenom, gojazne i nepokretne osobe, pa čak i sportisti. Organizam se trudi da održi toplotnu ravnotežu, a kad termoregulacioni mehanizmi otkazu nastaje toplotna bolest : povišenje unutrašnje temperature, prestanak znojenja, suvoća i crvenilo kože, metabolički i cirkulacijski poremećaji, šok, koma i otkazivanje vitalnih organa – smrt.

Ostalo je zabilježeno da je na Olimpijskim igrama 1984.g. atletičarka Gabrijele Anderson Sajs nakon maratona umrla od toplotnog udara !

Simptomi :

LAKŠI OBLICI	
<ul style="list-style-type: none"><li>• toplotna ospa</li><li>• toplotni edemi</li><li>• toplotna („paradna“) sinkopa</li><li>• toplotni grčevi</li></ul>	
TEŽI OBLICI	
Toplotna iscrpljenost	Toplotni udar
<ul style="list-style-type: none"><li>• opšta slabost</li><li>• zamor</li><li>• gubitak ravnoteže, vrtoglavica</li><li>• glavobolja</li><li>• mučnina</li><li>• povraćanje</li><li>• snižen krvni pritisak</li><li>• ubrzano disanje i rad srca</li><li>• mišićni grčevi</li><li>• osjećaj „velike vrućine“ u glavi</li><li>• jeza</li><li>• prolazne promjene psihičkog stanja (razdražljivost)</li><li>• temperatura tijela &gt; 38° C</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• temperatura tijela &gt; 40° C</li><li>• topla, crvena i suva koža</li><li>• konvulzije</li><li>• šok</li><li>• koma</li><li>• otkazivanje vitalnih organa</li><li>• smrt</li></ul>
PRVA POMOĆ	
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Ugroženu osobu skloniti u hlad ili prozračnu prostoriju</li><li>2. Sniziti tjelesnu temperaturu potapanjem u hladnu vodu</li><li>3. Stavljati vlažne hladne obloge na glavu i ekstremitete</li><li>4. Pojačati strujanje vazduha</li><li>5. Nadoknaditi tečnost većim unošenjem vode (Sokovi, gazirana i alkoholna pića nisu poželjna zamjena !)</li></ol>	

\*

**Kolut banane apliciran na mjesto ujeda komarca smiruje upalu i svrab.**

\*

Nema lepšeg zadatka nego što je omogućiti nekome razvitak,  
pomoći čoveku u njegovoj težnji za usponom.

(Ivo Andrić)

\*

### Činjenice :

- Oko 2% žena u svijetu boluje od anoreksije.
- I muškarci boluju od anoreksije, ali žene deset puta više.
- Okidači za nastanak anoreksije su loši porodični odnosi i „bezazlene“ dijete za skidanje tjelesne težine.
- Oboljeli imaju manjak samopouzdanja, osjećaj krivice ili nesposobnosti kontrole sopstvenog života.
- Svaka peta osoba sa dijagnozom anoreksije umre zbog teških (nepopravljivih) zdravstvenih problema.
- Anoreksija i drugi poremećaji u ishrani su treća bolest po smrtnosti u svijetu, poslije raka i kardiovaskularnih bolesti.

\*

**DENDROTERAPIJA** je liječenje drvećem.

U prirodi postoji drveće koje kada obgrlimo ili se zadržimo u njegovoj blizini na 30-60 cm u trajanju od 15 – 20 minuta, može da liječi i povrati nam energiju. To su hrast, breza, bor, kedar, bagrem, klen, jabuka, šljiva.

Drveća koje oduzima energiju su topola, iva, kesten, jela, pa ako se leđima oslonimo na njih u trajanju do 15 minuta, možemo im predati našu negativnu energiju npr.tugu, rastrojenost, razdražljivost, bolove i sl.

Stari narodi su zubobolju, glavobolju, gastritis i druga bolna stanja, čak i srca, rješavali za 5-7 minuta, držanjem daščice od određenog drveta pored bolnog mjesta.

- **Hrast** djeluje antistresno i pravi je regenerator energije (namještaj od hrastovine).
- **Bor** djeluje protiv psihičke napetosti i kašlja.
- **Bukva** jača cirkulaciju, koncentraciju i djeluje protiv stresa.
- **Kesten** pomaže kod nesanice i reumatskih tegoba.

(Prof.Dr Mihail Semjonovič Vinogradov)

\*

**Iscjeljenje tijela zahtijeva iscjeljenje duše,  
ali do kojeg neće doći ako nam je stalo samo da iscijelimo tijelo.**

(S.N.Lazerev)

\*

Uvijek se pitaj kako bi sebe opisao da se gledaš sa strane !

\*

„Mislio sam da se atentatima skreće pažnja inteligenciji, da najprije među inteligentnim ljudima treba stvoriti raspoloženje za revoluciju i oslobođenje, a tek poslije među masama. Nisam želio da postanem heroj, htio sam samo da umrem za svoju ideju – jedinstvo jugoslovenskih naroda Srba, Hrvata i Slovenaca u sopstvenoj državi.“

**Gavrilo Princip** je od malena bio usamljenik, ćudljivi idealista koji je živio u svijetu knjiga i velikih ideja. Inteligentan čovjek, duševno zdrav...

(Dr Marin Papenhajm, psihijatar, kazamat Terezijaštat)

\*

**Ko smo, šta smo i odakle smo ?  
Teško je to reći, a da se neko od nas ne uvredi.**

(Aleksandar Baljak)

\*

Kada vam šef ukazuje na neki propust, saslušajte ga šta ima da kaže.  
Nemojte reagovati ljutnjom i nemojte se pravdati !  
Prihvatite njegove sugestije i istaknite da ćete ubuduće  
nastojati da budete bolji na tom polju.

**To što vas šefovi i saradnici kritikuju ne znači da vas ne podnose, već vam pomažu da svoje radne vještine dodatno poboljšate.**

(Euroblic)

\*

Radnici koji borave u organizovanom radnom prostoru efikasnije obavljaju svoje radne zadatke nego oni u neurednim kancelarijama. Sredite gomile papira sa svog radnog stola po fasciklama u raznim bojama, a papiriće sa telefonima i potsjetnike upisujte u rokovnik.

A lijepo bi bilo i da svoj radni prostor oplemeniti nekom biljkom ili dekorativnim predmetima, ukoliko pravila firme to dozvoljavaju.

\*

**DOBRO POTKOVANI SE NAJDUŽE JAŠU.**

(Mića Živojinović)

\*

Izdaja prijatelja je prva vježba za izdaju domovine.

\*

**Brak** je u izvesnim slučajevima strahovita zabluda s jedne strane, a strahovita prevara sa druge strane.

(Ivo Andrić)

\*

**Kriminalci koji bježe** od „ruke zakona“ podsjećaju na divlje zvijeri spremne na sve kako bi ostale na slobodi, koja im je mnogo važnija od života.

Kod takvih tipova ličnosti svaki konflikt izaziva jako afektivno stanje koje sužava svijest !

Osobine bjeGUNCA :

1. **hrabar**
2. instinktivno reaguje
3. fizički je spreman
4. drzak
5. **afektivan**
6. bitna mu je reputacija
7. **voli slobodu**

\*

Oni ljudi koji svoje **životne planove čuvaju** za sebe češće ih i ostvaruju, nego oni koji su svoje ciljeve i namjere razglabali i otkrivali drugima.

\*

Iako se oduvijek **o plavušama** ispredaju priče i vicevi, današnje plavuše su samopouzdanije, osjećaju se privlačnije, postaju sve više tvrdoglave, bezobrazne, drske, čak i agresivne, spremne da se bore mnogo više od crnki !

U tome su najupornije platinaste plavuše !

\*

**Bog kažnjava sa zadržkom.**  
**Taman kad grešnici pomisle da su se provukli nekažnjeno.**

(Dragan Ognjanović)

\*



Revolucija jede svoju djecu, ali samo one koji uzviknu : ovo nije ono !

(Miladin Berić)

\*

Poslije proslave 25.-godišnjice braka muž se „jada“ svojoj boljoj polovini :

„Draga, prije 25 godina imali smo mali stan, jeftin auto, spavali smo na kauču i gledali crno-bijeli TV. Ali si ti tada bila 25-godišnja plavuša !!!  
Sada imamo lijepu kuću, 2 auta, veliki krevet i plazma TV, a ja spavam sa polovnjačom od 50 ljeta. Čini mi se da tu nešto nije u redu.“

Supruga, razumna žena, „majčinski“ ga posavjetova :  
„Dragi, pa ti nađi opet 25.-godišnju plavušu, a ja ću se pobrinuti da ponovo živiš u malom stanu, voziš jeftin auto, spavaš na kauču...“

\*

**„Križa srednjih godina“** je psihološka križa na pragu  
50-tih godina života.

**Simptomi :**

- osjećanje ispraznosti i nezadovoljstva bez obzira na uspjehe koji su postignuti
- dotadašnji način života prestaje da bude zanimljiv
- potreba za drastičnim promjenama u životu
- udaljavanje od porodice i prijatelja
- zabrinutost zbog promijena na tijelu (sijeda kosa, gojaznost, gubitak fizičke snage i privlačnosti)
- traganje za nekim nedovoljno definisanim snom ili ciljem
- griža savjesti za sve ono što se moglo, ali se nije postiglo

Supružnici koji se vole mogu da zajedno prođu i  
prebrode ovu krizu i da ostanu zajedno.

**Oni i one koji se preobrate u „donžuane“ i „lolite“  
imaju kratkoročno „rješenje“, a dugoročno - štetu !**

\*

**Četrdesete su starost mladosti, a pedesete mladost starosti.**

(Viktor Igo)

\*

**GRUBOST JE POKUŠAJ SLABOG ČOVJEKA DA BUDE JAK.**

\*

„Sine moj, ništa ne propuštaj u mladosti, u snazi. Ništa !  
Svega sam se odrekao stvarajući. Mislio sam da se obezbijedim dok mogu,  
a poslije, u starosti da uživam.  
A sad vidim.... U starosti nema uživanja. Nikakvog. Ništa.

(Branislav Živković „Bane pekar“)

\*

#### NEKA PRAVILA ZA UZIMANJE LIJEKOVA :

- Antacide je najbolje uzimati u dvije doze (ujutru i uveče), 30 minuta prije obroka.
- Antireumetike treba uzimati između 12 i 16 časova.
- Aspirin „ide“ poslije najjačeg obroka.
- Antihipertenzive uzimati prije spavanja (smanjuju se rizici od srčanog i moždanog udara !)
- Kardiotonike i koronarne dilatatore uzimati ujutru.
- Antikoagulantne lijekove uzimati ujutru.
- Statine je bolje uzimati uveče.
- Lijekove za štitnjaču uzimati pred spavanje, i nikako sa antidepresivima, kalcijumom i gvožđem !

(Univerzitet Kanzas)

\*

Svakodnevno konzumiranje **do 6 gr.crne čokolade** smanjuje rizik od srčanog i moždanog udara.

\*

#### **JEDNAKOST POLOVA JE MIT. ŽENE SU BOLJE !**

(Beni Hil, glumac)

\*

**Žena ga je izbacila iz kuće kao tehnološki višak, bez nadoknade i bez prava žalbe.**

(Ranko Guzina)

\*

**Svako ima nekog koga – nema.**

\*

**Pozitivno raspoloženje** povećava kreativnost, fleksibilnost i saradnju, dok negativno povećava pažnju, podstiče na dublje razmišljanje i analiziranje svijeta oko sebe, posebno u situacijama koje su zahtjevnije.

**Negativno raspoloženje** omogućuje da budemo manje naivni, da bolje procjenjujemo druge ljude i da nam se čak poboljša i memorija.

(Australijsko istraživanje)

\*

### ĆUTANJE JE ZLATO I DOBAR LIJEK ZA SRCE.

Svakodnevno ćutanje i gledanje kroz prozor u trajanju od samo 30 minuta smiruje misli, osjećanja, ponašanje, krvotok, srce, snižava krvni pritisak i eliminiše stres. Pozitivne promjene ovakvog tretmana se osjete već nakon 7 dana.

(Zdravlje&Nauka)

\*

Ljudska duša postoji !

Pomoću MEG (magnetni encefalograf) egzaktno je utvrđeno da se duša nalazi u čeonom dijelu mozga, kod žena u lijevom, a kod muškaraca u desnom lobusu.

(Dr T.Ahadov, Klinika za talasnu dijagnostiku, Moskva)

\*

### Stilovi ženskog koketiranja

<b>Tjelesna koketa</b>	Brzo i lako „govorom tijela“ uspostavlja vezu i zasniva je na seksualnoj privlačnosti. Žena za duge veze.
<b>Tradicionalna</b>	Introvertna. Smatra da muškarac treba da napravi prvi korak, a onda onoga koji pokaže strpljenje i nagradi.
<b>Pristojna</b>	Preferira lijepe manire, živo razgovara i odana je partneru.
<b>Iskrena</b>	Želi jaku emocionalnu vezu, radoznala je i ne voli „igrice“.
<b>Zaigrana</b>	Otvoreno koketira i bez namjere da ostvari dugotrajnu vezu. Flertovanjem jača sopstveno samopouzdanje.

(Život)

\*

Glupost je najneobičnija od svih bolesti.

Od nje ne pati bolesnik, nego svi ostali.

(Žak Prever)

\*

- Internet anketa firme **Docmail** pokazuje da prosječan odrastao čovjek rukom nešto napiše jednom u 6 nedjelja !
- 2/3 ispitanika ponekad nešto i napiše, ali je to više kao potsjetnik namjenjem samom sebi.
- 50% ispitanika je priznalo da im se rukopis vremenom iskvario, a neke je i sramota kako sada pišu.

\*

Najviše omega-3 masnih kiselina ima u morskim ribama : skuši, bakalaru, sardeli, haringi, lososu, moruni i tunju. Kod osoba koje su već imale srčani infarkt, ako nedjeljno 2-3 puta konzumiraju kuvanu ili pečenu morsku ribu, za trećinu se smanjuje rizik od ponovnog srčanog udara !

(Zdravlje&Nauka)

\*

**Osim pravih postoje i sezonski vegetarijanci.  
To su oni što jedu bareno povrće uvek kad nemaju para za meso.**

(Ranko Guzina)

\*

Moj brak traje već 42 godine. Opstali smo toliko dugo zbog toga što ja slušam svoju ženu i uvijek nastojim da popustim.  
A slušam je jer sam primijetio da mi daje dobre savjete.

(Branko Lustig, glumac i producent)

\*

**Hipnoterapeut Budimir Đerić** iz Prijedora uspješno liječi zavisnike od kocke, alkohola, tabletomane, pušače, osobe sa posttraumatskim stresnim poremećajem, depresijom, apatijom, fobijama kao i od loših navika: psovanja, grickanja noktiju, noćnog mokrenja, mucanja.

(Euroblic)

\*

Političari su kao psi : čas reže, čas ujedaju, a najčešće mašu repom.

(Vladimir Kusovac)

\*

Iglene uši su njihova Trijumfalna kapija.

(Vuk Gligorijević)

\*

**Ljeto je najerotičnije i najsenzualnije godišnje doba.  
Zato je dobro je imati u vidu sljedeće :**

- Ljetna avantura ima rok trajanja od 1 večeri do 3 mjeseca.
- Ljetna avantura sa prijateljem/com i kolegom/nicom uvijek je katastrofa !
- Budite svjesni i jasni u tome da ljeti želite isključivo zabavu.
- Nigdje ne idite i ništa ne radite bez kondoma !
- Žarku ljetnu ljubav najbrže ugasi prva jesenja kiša.
- U kofer sa stvarima za ljetovanje obavezno spakujte i malo zdravog razuma.

**Najčešće posljedice „ljetnjeg ludila“ su :**

- „slomljeno srce“
- neželjena i neplanirana trudnoća
- polno prenosive bolesti

(Zdravlje&Nauka)

\*

**Plaše me neograničeni ljudi.  
Oni prelaze sve granice.**

(Danica Mašić)

\*

**MUŠKI DODIRI kod žena izazivaju  
porast tjelesne temperature za 1° C i nivo „hormona zadovoljstva“,  
što ima izuzetno dobar efekat na zdravlje i vitalnost cijelog tijela.**

\*

**Bračni brodolom i razvod** žene lakše podnose nego muškarci. One samo na početku burnije reaguju, intenzivnije ispoljavaju emocije, plaču, sikiraju se, analiziraju, „premotavaju film“, razgovaraju sa prijateljicama...Ali već nakon godinu dana „staju na svoje noge“ i kreću dalje, u novi život i emocije.

Muškarci ne pokazuju emocije, kriju patnju i vrlo brzo poslije raskida veze i još uvijek nesređenih emocija nalaze novu partnerku, ponavljajući stari kliše i - prethodne greške.

\*

**Ne govorimo više srpsko-hrvatski.  
Razvezao nam se jezik.**

(Jovo Nikolić)

\*

**HIPOTERAPIJA** je liječenje uz pomoć konja. To je zapravo fizikalna, okupaciona i logopedska strategija liječenja osoba sa invaliditetom.

Pozitivno djeluje na normalizaciju mišićnog tonusa, jačanje snage, povećanje obima pokreta, kontroliše držanje tijela, poboljšava koordinaciju, ravnotežu i simetriju pokreta, cirkulaciju i disanje, koncentraciju i pažnju.

Pored pozitivnog uticaja na fizičko zdravlje, hipoterapija blagotvorno djeluje i sa emocionalnog, psihološkog i društvenog aspekta : podiže raspoloženje, a djecu uči ljubavi prema životinjama, suzbija strahove i pomaže im u socijalizaciji i ostvarivanju prijateljskih odnosa.

Hipoterapija je namijenjena i odraslima i djeci. Sprovodi se sa obučanim timom u prirodi, kroz igru i zabavu u trajanju od 30 minuta dnevno.

Tijelo konja je za 1° C toplije od ljudskog, a puls kod konja je od 22 – 44 udara/min, što je najslabije otkucajima u materici. Ostalo je zabilježeno da su vojnici u konjičkim jedinicama daleko manje oboljevali od posttraumatskog stresnog poremećaja (PTSP) !

Hipoterapija se preporučuje pacijentima sa sljedećim dijagnozama :

- cerebralna paraliza
- multipla skleroza
- paraplegije
- reumatoidni artritis
- mišićna distrofija
- mentalna retardacija
- Daunov sindrom
- autizam
- stanja nakon cerebrovaskularnog infarkta i trauma mozga

Hipoterapija se NE preporučuje kod pacijenata sa iskrivljenom kičmom >30%, artroza, luksacije kukova, osteoporoze, patoloških fraktura, hemofilije, epilepsije, aneurizmi i aktuelne antikoagulantne terapije.

[www.potkovica.org.rs](http://www.potkovica.org.rs)

\*

Kada se u glavi prelije čaša, iz oka krenu kapi.

(Ivana Srećković)

\*

- Najvažnije poslove u kancelariji obavljajte u vremenu od 9 – 12 časova, jer su vam u tom vremenu radne sposobnosti i efikasnost na najvišem nivou.
- Na poslu izbjegavajte ogovaranje i ne primajte k srcu sve što čujete.
- Ne nosite posao kući.
- Nađite neki hobi za sebe kako biste svakog dana išli na posao sa novim elanom.

\*

Tragedija je kad ispran mozak misli da je bistar.

(Milan Mihajlović)

\*

Smatra se da **tamjan** može zaustaviti HRKANJE !  
U ovu svrhu potrebno je pred spavanje uljem tamjana  
namazati vrat, prsa i područje oko nosa.

.(Alternativa za vas)

\*

„Vodič za žene“ :

- Muškarci širokih ramena i uskih kukova su veliki zavodnici i ljubitelji žena, a kada se vežu postaju romantični i požrtvovani partneri.
- Visoko čelo je „zaštitni znak“ osjećajnog i maštovitog muškarca, a kockasto čudljivog i hladnog.
- Muškarci sa mekanim ušima su vjerni partneri, a oni sa dugim i velikim, uglavnom usamljenici.
- Mesnata ušna resica kod muškarca znak je hrabrosti.
- Visoki muškarci su uspješniji u životu ali manje maštoviti od nižih, koji su mahom veći šarmeri.
- Spuštena Adamova jabučica je karakteristika odličnog ljubavnika i erotomana.
- Naglašena brada (donja vilica) je znak impulsivnosti, a pravilne crte lica sa malom bradom - kolebljivosti u ljubavi.
- Muškarci sa „rupicom“ u bradi su veliki emotivci, odani i spremni na duge veze.

\*

- **Šta ti je vrhunac muške vjernosti !?**
- **Tri puta se ženio, a ima istu ljubavnicu.**

\*

Jedno istraživanje sprovedeno u 2400 kompanija je pokazalo da su kompanije sa ženama u menadžmentu za 26% sigurnije i uspješnije nego one koje na rukovodećim pozicijama imaju samo muškarce !

\*

Veliki **ljubitelji piva**, kako muškarci tako i žene, bilo da su homoseksualni ili heteroseksualni, za 60% su skloniji da se upuste u neobaveznu seksualnu avanturu - već na prvom sastanku !

(Portal OC Cupid)

\*

Grieh obolešćuje um čovječiji, a odatle izviru i sve druge tjelesne i psihičke bolesti. Nema neizlječivih bolesti, nego samo neizlječivih ljudi.

(Otac Gavriilo)

\*

### TATOO (tetovaža) otkriva karakter

- na vratu – ukazuje na odvažnu i direktnu ličnost
- na leđima, grudima ili nogama - ambicija i društvena snalažljivost
- na bicepsima – zaštitnički raspoložen, oštar prema protivnicima

### SIMBOLI

- **labud** : odanost i humanost
- **pijetao, jarebica** . zavodljivost
- **sova** : tajnovitost
- **ptica u letu** : sloboda i nada
- **feniks** : ponovno rađanje
- **krst** : besmrtnost, plodnost
- **bodljikava žica** : snaga i muškost
- **slova i molitve** : nježnost i osjećajnost
- **soko, jastreb** : disciplina
- **leptir (žene)** : besmrtnost
- **zmaj** : moć, senzualnost
- **plemenski znaci** : muževnost, moć, zaštitnička strana
- **jabuka** : povodljivost
- **sidro** . vjernost, nada i spas
- **jin / jang** : harmonija, sklad, utočište
- **vjerske oznake** : trajna povezanost sa grupom istih moralnih standarda
- **anđeo** : odanost, zaštita
- **djetelina** : moć i ženska moć
- **lanac** : ropstvo / sloboda ako je prekinut
- **jednorog** : nedostižnost
- **kornjača** : plodnost, čistoća, dug život
- **mač** : čast, pravda, energija
- **pas** : odanost i povjerenje
- **povezi oko ruke** . ropstvo, kazna
- **vuk** : lovac, simbol divlje strane
- **zmija** : iskušenje, prilagodljivost, mudrost
- **đavo** : jaka želja za seksom

\*

DA NISAM SMOTAN, GDE BI MI BIO KRAJ ?

(Grafit)

\*



- Film „**Valter brani Sarajevo**“ sa Batom Živojinovićem u glavnoj ulozi u Kini se prikazuje već 40 godina !
  - Tokom bombardovanja SR Jugoslavije 1999. godine 100 miliona Kineza, njegovih obožavalaca ponudilo mu je svoju pomoć !
  - Jednom prilikom su ga u hotelu, uoči pres-konferencije, pomiješali sa njegovim sinom Miljkom i s njim napravili intervju. Kad su shvatili zabunu, nisu mogli da vjeruju. Nije im bilo jasno kako Valter može da ostari !?
- (Ekstra)

\*

**Prošao sam sito i rešeto, a ostao isti blento kojeg svako može da prevari.**

(Mladen Vojičić Tifa)

\*

Ako si naivan, budi siguran da su učinio više dobrih djela nego zlih.

\*

Izlaz iz grijeha je pokajanje ili samokažnjavanje.  
Bog nudi pokajanje, samokažnjavanje je ljudski pokušaj spasenja.

\*

U Jasenovcu se ne smije svirati hrvatska himna jer su njome  
svakog jutra budili logoraše !

(Žarko Puhovski, publicista)

\*

**To što te niko ne sluša razlog je da ćutiš, a ne da govoriš glasnije !**

\*

Sto za jednog. To ni u kafani nema !

(Aleksandar Baljak)

\*

Siroto dijete samo sebi pupak vezuje.

(Narodna)

\*

PRIMJERI „Kako se kaže“ – Prof.dr Milorad Telebak

NEPRAVILNO	PRAVILNO
Po prvi put	<b>Prvi put</b>
...da sam došao	<b>...što sam došao</b>
Obzirom	<b>S obzirom</b>
Jako slabo	<b>Veoma slabo</b>
Bez da kuca	<b>Bez kucanja</b>
poznavajući	<b>poznajući</b>
Radi se o....	<b>Riječ je o...</b>
spašen	<b>spasen</b>
Polu tri	<b>Dva i po</b>
dijeliti mišljenje	<b>Slagati se</b>
Pamet otkazuje	<b>... izdaje, popušta</b>
Sve u svemu	<b>Uzevši sve u obzir...</b>
S autobusom	<b>autobusom</b>
Sa olovkom	<b>olovkom</b>
U vezi vašeg dopisa	<b>U vezi sa vašim dopisom</b>
U vezi čega	<b>U vezi sa čim</b>
U vezi toga	<b>U vezi sa tim</b>
Izvadite vaše sveske	<b>Izvadite svoje sveske</b>
Isključite vaše mobilne telefone	<b>Isključite svoje mobilne telefone</b>
Ja govorim o meni	<b>Ja govorim o sebi</b>
On se brine za njega	<b>On se brine za sebe</b>
rađe	<b>radije</b>
visočiji	<b>viši</b>
gorkiji	<b>gorči</b>
strožiji	<b>stroži</b>
Božiji	<b>Božji</b>
dječiji	<b>dječji</b>
Bezbjedonosna situacija	<b>Bezbjednosna situacija</b>
Božićnji	<b>Božićni</b>
jutarni	<b>jutarnji</b>
Vaskrsni	<b>Vaskršnji</b>
Na Vladi	<b>Na sjednici Vlade</b>
donešen	<b>donesen</b>
Zahvaljujući nestašici	<b>Zbog nestašice</b>
Hvala veliko	<b>Hvala velika</b>
Hvala lijepa	<b>Hvala lijepo, najljepša hvala</b>

\*

Ako rešite sve probleme svoje dece,  
ona neće imati drugih problema sem vas.

(Dušan Radović)

\*

Suprotno dosadašnjem vjerovanju djeca koja rastu pored čupavog kućnog ljubimca, psa, zbog svojevrsnog podsticaja imunološkog sistema rjeđe oboljevaju od astme !

(Dr Kei Fudžimura, Univerzitet Kalifornija)

\*

EGOCENTRIČNA osoba je nesposobna da stvari posmatra iz ugla drugog pojedinca i nije egoistična, jer nema izgrađeno samosvjesno bezobzirno JA.

EGOISTA rečenice počinje sa „Ja“, „moje“, „mene“ i samoživo insistira na svojim interesima i ličnim potrebama. Iako dobro poznaje potrebe i interese drugih ljudi, on to – ignoriše.

\*

ŠTA se dominantno nasljeđuje od roditelja :

Od majke (po muškoj liniji) :

- ćelavost,
- veliki nožni palac
- fizički izgled dječaka (XY) „na majku“ (X hromozom naslijeđen od majke je bogatiji genima !)

Osobine koje imaju podjednaku šansu da se naslijede od oca i/ili od majke :

- fizički izgled djevojčica (XX)
- kovrdžava kosa
- rupica na bradi
- široka i meka ušna resica
- guste obrve
- bijeli pramen kose

\*

Mir i spokojstvo jedina su dobra i najveće dostojanstvo  
skromnih sudbina i bezimernih ljudi.

(Ivo Andrić)

\*

**Vladaru se mnogi uvlače pod kožu, a oni odvažniji i manje gadljivi  
iskazuju mu i dublje poštovanje.**

(Aleksandar Baljak)

\*

Kad gazda ima problema sa varenjem,  
prvo nastradaju oni koji su mu se najdublje uvukli.

(Miladin Đerić)

\*

**SIGMUND FROJD** je tvrdio da ne postoji smrtnik koji je sposoban da sakrije tajnu.  
„Ako su mu usta nijema, on priča vrhovima prstiju, izdaja curi iz svake njegove pore.“

- Karakter se „čita“ na osnovu samo 4 „komunikacijske šifre“ : glasa, govora, lica i tijela. Noge su „iskrenije“ od ruku, jer ih je teže kontrolisati.
- Oči su ipak najveći „izdajnici“. Dešifrovanje pogleda je preciznije i od „detektora laži“, jer na njima „pišu“ emocije: radost, tuga, umor, sumnje, strahovi...
- Intenzivne emocije je vrlo teško kontrolisati, a najbolje se očituju u glasu, boji i ritmu govora. Ženski glasovi tada postaju piskaviji, a muški oštiji.
- Kada lažemo riječi „otežemo“ jer podsvjesno znamo da ne treba da ih izgovaramo, dok nas npr. sreća tjera da nam govor bude duplo brži nego inače.
- Najbolji utisak na sagovornike ostavlja govor srednjeg glasa sa brzinom od 3,5 riječi u sekundi, dok je to kod zaljubljenih - šapat.
- Ruke na kukovima znak su ljutnje, na leđima sigurnosti, otvorenosti i bezbrižnosti, a u džepovima, to upućuju na sklonost ka depresiji.

(„Život“)

\*

**Nedvosmisleno je dokazano da su stalne laži opasne  
po mentalno i fizičko zdravlje lažljivih osoba.**

(Univerzitet „Notr Dam“ Indijana)

\*

Poštovanje naizgled malih dogovora u braku je vrlo važno, naročito ženama.  
Kontinuirano neispunjavanje obećanja vremenom stvara veću tenziju među  
partnerima, što može dovesti i do ozbiljnih bračnih kriza.

(Dr Harijet Lerner, psihijatar)

\*

**ISTINA ne podnosi kombinacije i mješavine.  
Ona ne podnosi ni dlaku neistine.  
Kao ni čovječije oko ; trun zamuti oko i vid se pokvari.**

(Otac Hristodul, Hilandar)

\*

Prijatelji se stiču, a ne kupuju.  
Ko god kupuje prijatelje, oni ga na kraju izdaju.

(Rade Avramović Afrika)

\*

Kod nas na Himalajima je pravilo među monasima da, čim se neko u prepirci o istini i putu naljuti, svi prestaju o tome govoriti i počinju najobičniji razgovor o majmunima, tetrijebima i leptirima.

(Bikšu Kumara Ram)

\*

**KOKO ŠANEL**, legenda modnog dizajna :

- Ne pratite slijepo modne trendove ; moda se mijenja, ali stil ostaje.
- Haljina može dobro da izgleda na vješalici, ali to ništa ne mora da znači.
- Mala crna haljina prolazi u svim prilikama.
- I crna i bijela boja su prelijepa, a zajedno čine savršen sklad.
- Prilikom stavljanja modnih detalja, uvijek skinite posljednji, da ništa ne bude pretjerano.
- Prije svakog izlaska uljepšajte se, jer ćete se možda baš toga dana sresti sa svojom sudbinom, a za takav susret važno je izgledati što bolje.

\*

**Prekovremeni rad nije produktivan !**

Produžavanje radnog vremena za 50% (sa 40 na 60 sati nedjeljno)  
ne donosi i 50% više produktivnosti, već samo 25 – 30%.  
Psiholozi smatraju da je i za poslodavce i za zaposlene bolje  
da se sa posla ide kući - na vrijeme.

\*

Novac te neće ubiti, ali će te ostaviti ranjenog do kraja života.

(Film)

\*

Iako su prijateljstva sa kolegama na poslu česta (27%), ona nisu čvrsta i iskrena,  
jer smo na kolege osuđeni, a ne biramo ih.  
Prijateljstva stvorena u najmlađem životnom dobu su trajnija, ali su i rjeđa.

(Dr Dejvid Džonson, psiholog)

\*

Svi se žalimo da je ovo pasji život, ali niko neće ni repom da mrdne.

(Aleksandar Baljak)

\*

Semjon Davidovič **KIRLIJAN** je 1939.g. otkrio „Kirlijanovu fotografiju“ koja predstavlja snimak aure (biopolja) svakog predmeta kad se izloži fotografskoj ploči kroz koju prolazi struja visoke voltaže.

**Nikola Tesla** je čak 50 godina ranije utvrdio da ljudsko tijelo izloženo elektomagnetskom polju isijava svjetlost !

\*

Najnovija istraživanja pokazuju da u porodicama u kojima su ravnopravno raspodjeljeni kućni poslovi, ima manje svađe i prebacivanja odgovornosti !

Muškarci koji sve više obavljaju kućne poslove tvrde da to rade samo – zbog mira u kući.

\*

**Nije lako biti idealan bez ideala.**

(Milan Milivojević)

\*

U neznabožačkoj Evropi ljudi ne znaju ni za Boga, ni za čovjeka, nego samo za životinju, jer se Boga odriču, a čovjeka smatraju životinjom. Zbog toga je kod njih izgubljena i božanstvenost i čovječnost, ostalo je samo životinjstvo.

(G-đa Katjajani, „Indijska pisma“ Vladike Nikolaja)

\*

**GDV kamera** za uočavanje gasovitog pražnjenja prof.dr Konstantina Korotkova kod umirućih osoba registruje gubitak životne snage (duše) iz srca i glave ! Osobe koji umiru neočekivano ili nasilno imaju drugačiju auru nego ljudi koji umiru prirodnom smrću. Duša u prethodnim slučajevima ostaje u stanju konfuzije nekoliko dana i učestalo se vraća u tijelo, posebno noću.

(Treće oko)

\*

**Prof.Dr Berni Zigel, onkolog, obavezno pita svoje pacijente i ovo:**

1. Šta Vam se dogodilo u posljednjih godinu, dvije dana prije pojave bolesti ?
2. Šta bolest za Vas znači ?
3. Zašto Vam je bolest bila potrebna ?
4. Želite li da živite ?

\*

**Strah se liječi vjerom, sebičnost ljubavlju, a žalost nadom.**

\*

Osobe sa krvnom grupom „0“ prirodno su zaštićeni od raznih srčanih oboljenja jer raspolažu supstancama koje sprečavaju stvaranje krvnih ugrušaka i poboljšavaju cirkulaciju.

Osobe sa krvnom grupom „AB“ imaju 23% veći rizik za nastanak infarkta, dok je kod onih sa krvnom grupom „B“ taj rizik 11%, a kod onih sa „A“ 5%.

„Ljudi ne mogu da promijene svoju krvnu grupu, ali mogu životne navike, što podrazumijeva prestanak pušenja, skidanje suvišnih kilograma i redovno vježbanje.“

(Prof.Dr Lu Si, Univerzitet Harvard)

\*

„Dragi druže Ivo,

Evo me s Cicom u Dubrovniku. Ovdje se pomalo liječim od kašlja i privikavam da gledam samo svoju ženu, što mi teže polazi za rukom. Valjda ću se na to naviknuti do svoje sedamdesete.

Pozdrav od Branka i Cice.“

(Branko Ćopić /1915-1984/ Ivi Andriću)

\*

PIPERIN, koji biberu daje specifičan ukus, u organizmu blokira stvaranje novih masnih ćelija i snižava nivo masnoća u krvi, a vijekovima se koristi i kao lijek za stomačne poremećaje, bolove i upale.

\*

**Za vreme rata škole nisu radile pa smo decu slali na Sremski front.**

(Iva Mažuranić)

\*

Volja kaže „hoću“, ali uobrazilja odgovara „ne mogu“.  
Snaga uobrazilje uvijek pobjeđuje !

Naučite da sami sebe izliječite, vi to možete. Ja lično nisam još nikoga izliječio. Mogućnost izlječenja leži u vama. Pozovite u pomoć lični duh da služi vašem tjelesnom i duhovnom zdravlju. Biće tu. On će vas izliječiti i bićete snažni i srećni.

(Emil Kue, 1857-1926)

\*

VJERA U RADOST GOTOVO JE ISTA KAO I SAMA RADOST.

(Šekspir)

\*

Kućni ljubimci, **psi** oslikavaju karakter vlasnika.

Vlasnici minijaturnih rasa su najčešće otvoreni i spremni za nova iskustva. Vlasnici pasa ovčara i tragača su najekstrovertnije osobe, dok su vlasnici agresivnih rasa (pitbul terijer, staford terijer, rotvajler i mješanci ovih rasa) ljudi svađalački nastrojeni.

(Kraljevski univerzitet Belfast)

\*

**Pas je, u stvari, onakav kakvim ga vlasnik napravi.**

Kinološki savez izdaje sertifikate koji potvrđuju da li je pas dresiran ili ne, odnosno da li je prošao ispit socijalizacije.

\*

Ljudi koji su previše povučeni, koji u životu imaju jednu ili eventualno dvije osobe koje smatraju prijateljima, ne čine dobro svom psihičkom i fizičkom zdravlju.

To je malo, a više od 15-tak prijatelja je previše.

Idealna „mjera“ je imati **pet prijatelja**.

Bilo bi poželjno da među njima ima ljude različitih karaktera i znanja :  
jednog prijatelja koji zna sa novcem, jednog emotivnog koji umije da sluša i saosjeća, jednog „realnog“ koji sve posmatra kroz prizmu razuma,  
jednog društvenog koji voli provode i zabavu i jednog koji je „porodični tip“.

(Nationwide Buliding Society)

\*

**Muškarci izloženi stresu, radi lakšeg opstanka i produženja vrste, u izboru partnerke prije se opredjeljuju za punije žene, a u kriznim situacijama više se i oslanjaju na njih.**

(Prof.Dr Margin Tovi, Njukasl)

\*



**ŽENE su najzadovoljnije svojim izgledom u 32.godini,  
misle da su najljepše utorkom i  
sebe smatraju najseksepilnijim u maju i septembru.**

\*

U „Poslanici Korinćanima“ HARIZMA se pominje kao poseban duhovni dar, od Boga data milost, za neko zvanje ili službu u hrišćanskoj zajednici.

Harizmatična osoba ima tri osobine : osjeća vrlo snažne emocije, uspijeva da snažne emocije prouzrokuje i kod drugih i otporna je na uticaje drugih harizmatičnih ljudi. 50% harizme je urođeno, a drugih 50% je stvar treninga.

(Prof.Dr Ričard Vajsman, psiholog)

\*

**Harizmatični ljudi** su odlični u komunikaciji, drže slikovite govore, dva puta više koriste metafore, sjećanja, anegdote i poređenja. Metaforičnost pokazuje koliko su pametni.

(Prof.Dr Ronald Riđo, Univerzitet Kalifornija)

\*

**Protiv kiše Srbin ima kišobran, protiv sunca suncobran,  
protiv vetra vetrobran, protiv groma gromobran...  
Samo od promaje nema spasa.**

(Ranko Guzina)

\*

Pod rizikom da postanu zavisnici od alkohola su najčešće impulsivne i agresivne osobe, hiperaktivna djeca i osobe sa niskim stepenom samopouzdanja.

\*

**SUN MJUNG MUN** (1920 – 2012), južnokorejski multimilijarder je 1954.godine osnovao sektu - Crkvu ujedinjenja (**Mooniesa**) i ostao upamćen po organizovanju masovnih vjenčanja, kojima je spojio 3,600.000.- ljudi iz različitih zemalja, s ciljem stvaranja novog multikulturalnog svijeta.

Munova Crkva ima oko 100.000 članova.

Mun je često bio optuživan da je vrbovao i zaludivao mlade sljedbenike.

\*

Ako se narod nije za ovo borio, ima ko jeste !

(Dragan Rajičić)

\*

**NEOPROSTIVE greške** na razgovoru za zaposlenje :

- zakasniti na razgovor
- ne predstaviti se prilikom ulaska u prostoriju
- doći neprikladno odjeven/a ( ležerno ili previše svečano, sa jakom šminkom i detaljima !)
- tokom intervjua gledati samo u pod
- ne znati ime firme za koju aplicirate
- ne persirati poslodavca ili ispričati nepristojan vic
- odgovorati na mobilni telefon ili SMS tokom intervjua
- zatražiti osvježenje (kafu, sok, alkoholno piće)
- žvakati žvaki, zapaliti cigaretu
- podnositi nepotpunu dokumentaciju i/ili lažiranu biografiju
- pokazati nedovoljnu motivaciju, osnovna znanja, komunikativnost i odlučnost

\*

**„Ovo da uzmete kao amanet ; sahranite me u Belom Polju kod Peći  
gde se sahranjuju pravoslavni, makar za mene mrtvog morali vaditi pasoš !“**

(Danilo Nikolić, pisac zbirke „Spisak grešaka“,1976.g.)

\*

**OSOBINE prirodnog VOĐE** (Alfa mužjaka):

- kada uđe u prostoriju, ne može da ostane neprimijećen
- ima harizmu i talenat za samopromociju
- smiren je i uliva sigurnost
- kada on govori, drugi slušaju i ne prekidaju ga
- drugi kopiraju njegov stil, govor i izgled, a on ne kopira nikoga
- muškarci vole da se druže s njim, a žene da izlaze
- ne paniči u kriznim situacijama, brzo analizira i djeluje odmah i odlučno
- voli izazove i da pobjeđuje
- prihvata borbu kada je to potrebno
- nije nasilnik, ali kada je potrebno a sukob neizbježan, ulazi u borbu i sa jačima
- nikada ne provocira
- ne ulizuje se vođama i ne traži njihove pohvale i odobrenja
- nema problema sa priznanjem kada pogriješi kao i sa pokušajem ispravke
- nikada neće izdati svoj tim, niti iznevjeriti svog sljedbenika

- nikada ne krivi druge i uvijek preuzima odgovornost za svoje postupke
- ne laže
- ili ste s njim ili ste protiv njega - on je VOĐA.

(Prof.Dr Džulija Li Torp, Univ. Oksford)

\*

„**Povelja Kulina bana**“ počinje : „U ime Oca, Sina i Svetoga Duha, ja ban bosanski Kulin, obećavam Tebi kneže Krvašu i svim građanima Dubrovčanima... Tako mi Bog pomogao i Sveto Jevanđelje.“

Na kraju Povelje stoji: „Ja Radoje, banov pisar pisah ovu knjigu Banove povelje od rođenja Hristova hiljadu i sto i osamdeset i devet leta, meseca avgusta u dvadeset i deveti dan, (na dan) Usekovanja glave Jovana Krstitelja.“

Godine 1582. prešlo se na Gregorijanski kalendar, pa po novom kalendaru Usekovanje glave Jovana Krstitelja, kada je napisana „Povelja Kulina bana“, pada na dan 11.septembra. Pisac Abdulah Sidran je avgusta 1999.god. predložio da 29.avgust bude dan državnosti BiH.

(Borislav Bojić, poslanik u Parlamentu BiH)

\*

Možete misliti kakav je njegov život između supruge Scile i tašte Haribde.

(Ranko Guzina)

\*

#### **TIPOLOGIJA mušterija „kupaca“ prema studiji naših trgovaca/kinja :**

**FEJSBUK ZGUBIDANKA** : djevojka uzme naramak garderobe, ode u kabinu, sve isproba, slika se telefonom da bi na Fejsbuk okačila slike „sa šopinga“, ali ništa ne kupi.

**PUNAČKA NEUROTICARKA** : isprobava odjeću i ako ne uspije da se uvuče u XXL veličinu, odjeću ostavlja razbacanu po podu kabine.

**IMAM BEBU / TRUDNA SAM** : sat vremena isprobava odjeću bez problema, a na kasi joj bude loše ako mora da čeka u redu.

**GOSPOĐA DETALJNA** : analizira štepove, raspakuje 10 bluza iste veličine i nalazi zamjerke, mada najčešće ne razlikuje poliester od pamuka.

**PONAVLJAČICA** : danima isprobava isti artikal, a kupi ga tek sedmog dana, ako u međuvremenu nije prodat.

**DOMAĆIN SA NOVČANIKOM** : dolazi sa cijelom porodicom da nešto kupe, nervozan je što mora da čeka, kupuje im ono što se njemu sviđa, pa onda svi postanu nervozni.

NEVIDLJIVI : niko ga ne primijeti kada uđe u radnju, u kabini sam nešto isprobava, pretura po vitrinama ili rashladniku, traži nešto ispod kase ili sjedi na WC šolji za osoblje.

\*

POBOLJŠANJA za pranje veša u veš-mašini :

- Veš koji se pere na 60° C biće mekši ako se kod ispiranja u posudu za oplemenjivač doda malo **soli** ili **sirćeta** !
- Peškiri i frotiri ostaće duže vremena meki ako se jednom u nekoliko mjeseci preko noći ostave potopljeni u toplu vodu u koju je dodato malo **sirćeta**.
- Ako se deterdžentu za pranje doda **prašak za pecivo**, bijeli veš će ponovo biti kao snijeg,
- Sportskim čarapama se vraća „stari sjaj“ ako se stave u lanenu vrećicu zajedno **sa korom limuna** i operu u veš mašini.
- Pliš će se „oporaviti“ ako se prije pranja iščetka mekom četkom natopljenom **solju**.
- Svilene kravate postaju kao nove ako se sok od nekoliko svježih **krompira** pomiješa sa vodom za pranje.
- Boje šarene odjeće duže ostaju, ako se prašku za pranje doda malo **sirćeta**.

\*

Pored **nevjerstva** i **nedostatka ljubavi**, treći po učestalosti razlog za razvod su svakodnevni **kućni poslovi** (pranje suđa, usisavanje i sl.).

Parovi se zbog toga svađaju bar 3 puta mjesečno, a poslije stalnih prepirki tokom najmanje 9 mjeseci i – razvode.

(„Vileđa“)

\*

Istraživanja su pokazala da danas 54% djece starosti 6-15 godina odgovore na SVA pitanja prvo traže od Google-a, 25% od roditelja i tek 3% od svojih nastavnika.

\*

**- Tata, hoćeš li sada kada su poskupele cigarete manje da pušiš ?**  
**- Neću sine. Ti ćeš manje da jedeš !**

\*

Glumac **Tom KRUZ** je ovog ljeta boravio u Crnoj Gori, ali samo pola dana !?  
Otišao je nezadovoljan jer domaćini nisu udovoljili njegovoj želji da iz hotela u Dobroti istjeraju sve goste, kako bi on bio sam u hotelu !

(„Vijesti“)

\*

Svaki kamen koji bace na mene ja uzidam u Andrićgrad.  
Oni mene kamenom, ja njih gradom.

(Emir Kusturica)

\*

„**BUGARSKI VOZ**“ je najpoznatiji sistem izbornog inženjeringa (čitaj : izborne krađe). Sistem funkcioniše na sljedeći način : uoči ulaska na biralište glasačima se daje falsifikovan ili čak originalni (ukradeni) glasački listić, koji je već (unaprijed) popunjen. Glasač ga na biralištu kradomice zamjenjuje za originalni, nepopunjeni listić koji iznosi sa birališta, pošto je u glasačku kutiju ubacio onaj lažni. Prazan originalni listić daje drugom glasaču koji po istom principu nastavlja prevaru i „voz“ nastavlja da se vrti u krug, sve do zatvaranja birališta.

Naručioci izbornih prevara su političke stranke, a članovi biračkih odbora samo puki izvršioi. Članovi biračkih odbora dolaze iz svih političkih partija i dogovaraju se kako da ukradu glasove, a ne da spriječe da se to dešava.

(Press)

\*

### **Za vrijeme olujnog nevremena i grmljavine :**

- Sklonite se od stubova, tornjeva, bandera, jarbola i visokog drveća na sigurno rastojanje, a koje je najmanje jednako visini tog objekta.
- Zaklonite se pod niže rastinje i nikada na samoj granici šume i otvorenog prostora !
- Izbjegavajte otvoreno polje, vrh brda, obale, jarkove, vlažna mjesta i prelazak preko vode.
- Udaljite se od metalnih predmeta (bicikl, kamp oprema, metalni kišobran)
- Ako ste u grupi, međusobno rastojanje među članovima mora biti najmanje 5 m.
- Ako ste u automobilu zaustavite se pored puta daleko od elektrovodova i visokog drveća, zatvorite prozore, upalite poziciona svjetla i ne dodirujte metal.

\*

Moje studije su pokazale da **netretirani kancer kod oboljelih ostavlja oboljelima i do 4 puta veće šanse za duži život, nego tretirani.**

Ako neko ima kancer i riješi da ne preduzme ništa, živjeće bolje i kvalitetnije, nego ukoliko se podvrgne radioterapiji, hemoterapiji ili hirurgiji.

(Prof.Dr Hardin Džons, Nacionalni institut za kancer, Merilend)

\*

## Ljepša duša dublje jeca.

(Ivo Andrić)

\*

### POZNAJEM TE PO KORAKU....

- Mlada, zdrava osoba u dobroj formi hoda i prelazi u prosjeku 1,2 do 1,4 m/sek. Osobe sa artritismom hodaju sporije, prosječno 1 do 0,5 m/sek.
- Osobe koje sporije hodaju imaju veći rizik za prevremeno umiranje od statistički predviđenog životnog vijeka.
- Hod sa ljuljanjem u bokovima (kao supermodel) ranije će dovesti do pojave bolova u leđima.
- Sjedalački način života dovodi do slabljenja mišića zadnjice (m.gluteus medius), čiji je zadatak da karlicu drži stabilnom, a noge ravnim.
- Kratki koraci ukazuju na koksartrozu i kod žena su posljedica dugogodišnjeg nošenja štikli. (\*Žena poslije orgazma ima duži korak !)
- Pri hodanju zamahujemo rukom suprotnom od noge u iskoraku i taj zamah podupire mišiće u donjem dijelu leđa. Ako je jedno rame kruto, javiće se bolovi u leđima ili vratu.
- Bolovi pri penjanju uz stepenice znak su deformacija prednjeg dijela stopala.
- Pri dodiru tla mozak dobija informaciju o položaju tijela (propriocepcija). Kod dijabetesa i nedostatka vitamina B -12 nastaje oštećenje živaca koji kontrolišu pokrete pa oboljeli podiže nogu visoko, a zatim stopalom tresne o tlo, da bi znali da su spustili nogu. Sem toga, oboljeli se često žale i na trnce u udovima, slabost mišića i poremećaje koordinacije.
- Povlačenje (struganje) stopalima po tlu ukazuje na oštećenje perifernih živaca i slabost mišića ; sreće se kod dijabetičara i kod oboljelih od išijasa.
- Šepanje ukazuje na iskrivljenost kičme i osteoartrozu kuka i posljeduca je dugotrajnijeg jednostranog opterećenja teretom (torba).
- Šepanje bez oslanjanja na petu nastaje zbog mikrooštećenja petne kosti.

\*

**Jedini dio ljudskog tijela koji može sam od sebe  
da se poveća i do šest puta je zjenica oka.  
Ko je pomislio na nešto drugo, jednog dana će se jako razočarati.**

\*

Gdje je sud tamo je i nepravda.

(Narodna)

\*

Sve je više dokaza da zadovoljstvo koje donosi čitanje blagotvorno utiče ne samo na našu pismenost, rječnik i opšte znanje, već i na naše mentalno i fizičko zdravlje.

Čitanje produžava period u kom smo u stanju da nešto pratimo s punom pažnjom, pomaže nam da jasnije mislimo i da lakše uspostavljamo bolje odnose sa ljudima oko nas.

**Osobe koje vole da čitaju sporije stare !**

(Dr Suzan Grinfeld, neurolog)

\*

KOMARCI ne ujedaju, oni UBADAJU !

\*

**Čaj od kukuruzne svile** rastvara kamen i pijesak u bubregu, popravlja cirkulaciju i poboljšava funkcije jetre.

(Nauka&Zdravlje)

\*

**Rotari Internacional** osnovao je Pol Haris, humanista iz Čikaga, 23.februara 1954.god. Danas u više od 160 zemalja svijeta postoji oko 30.000 Rotari klubova sa oko 1,200.000 članova. Bave se humanitarnim radom i unapređenjem međunarodnog razumijevanja, dobre volje, mira i prijateljstva među poslovnim ljudima, ujedinjenim u idealu služenja zajednici pod motom „ Service Above Self“ („Služba iznad sebe“). Navodno, rotari nisu ni u kakvim vezama sa političkim i religioznim grupacijama, niti su „predvorje“ masonerije.

\*

Jedna internet studija je pokazala: da bismo stan ili kuću u koju smo se uselili počeli **smatrati svojim domom**, potrebno je u prosjeku dva mjeseca i 6 dana ! Da bi se potpuno odomaćili za većinu ljudi najvažniji ritual je da se u novom stanu prošetaju potpuno goli ! U ostale rituale spadaju : kupovina namještaja, izležavanje na trosjedu, postavljanje porodičnih slika, kupovina otirača za ispred vrata i svakako – žurka dobrodošlice ili večera za prijatelje („ na naselje“).

(„Život“)

\*

Zaveštala je svoje telo medicinskom fakultetu.  
Studenti već vežbaju na njoj.

(Dejan Milojević)

\*

**I naučno je dokazano da muškarcem, bez obzira koliko on bio pametan, obrazovan, oštrouman i razvijenog kritičkog mišljenja, najlakše manipuliše žena koju voli !**

To praktično znači da svaka (voljena) žena, ako ima dovoljno strpljenja i stila, može postepeno muškarca, pothranjujući u njemu negativne emocije prema nekome ili nečemu dovesti do „njegove“ odluke da to nešto ili nekoga „eliminiše“ iz okruženja, uz to čvrsto ubijeđenog da ta odluka nema nikakve veze sa njegovom ženom !

Objašnjenje ove pojave leži u različitim načinima funkcionisanja muškog i ženskog mozga. Naime, muškarac skuplja informacije, samostalno ih analizira bez ulaženja u detalje i zaključuje po sistemu :crno/bijelo, volim/ne volim. Ženski način razmišljanja je kompleksniji, sa više detalja i emocija, razgovora i sagledavanja različitih stavova i mišljenja.

**Pošto muški mozak nije u stanju da detektuje njene zle namjere (čitaj: manipulaciju), uz malo nježnosti i ugađanja sa njene strane, on brzo povjeruje u sve ono što mu njegova draga priča.**

(„Život plus“)

\*

Oženjeni muškarci žive duže od neoženjenih, ali češće požele da umru.

\*

- ANOREKSIJA i drugi poremećaji u ishrani su treća bolest po smrtnosti u svijetu, poslije raka i kardiovaskularnih oboljenja.
- Oko 2% žena u svijetu boluje od anoreksije.
- Žene oboljevaju od anoreksije 10 puta više nego muškarci.
- Oboljeli imaju osjećaj krivice, manjak samopouzdanja ili osjećaja kontrole nad sopstvenim životom.
- Okidači za nastanak bolesti mogu biti loši porodični odnosi i naizgled bezazlene dijete kojima se pokušava skinuti „višak kilograma“.
- Svaka peta osoba sa dijagnozom anoreksije umre zbog teških zdravstvenih problema i komplikacija.

\*



Rešila se suvišnih kilograma. Razvela se od debelog muža.

(Dejan Milojević)

\*

Na vjenčanjima su mi stalno prilazile stare tetke, gledale me ispod oka i kokodakale : „Ti si sljedeći !“

Prestale su kada sam počeo da im radim istu stvar na sahranama.

\*

U svijetu se sve više promovira tzv. **ALKALNA DIJETA**, zasnovana na poštovanju „zdrave“ acido-bazne ravnoteže, a to podrazumijeva postizanje pH 7,36 - 7,44. u organizmu i uklanjanje posljedica uzimanja kiselih namirnica.

Poznato je da **kisela hrana** (proteini, meso, mesne prerađevine, brza hrana, kafa, šećer, žitarice) izaziva umor, pad energije, bolove u zglobovima i mišićima, suhu kožu i slabe nokte, nervozu, glavobolju, gastritis, nadimanje, loše varenje, gojaznost kao i slabu otpornost na stres i povećanu sklonost infekcijama.

**Alkalna dijeta se sastoji od unosa 75% alkalne i 25% kisele hrane.**

U **alkalne namirnice** za ishranu spadaju: morske alge, luk crni, bijeli i mladi, pastrnak, đumbir, brokoli, krompir, paprika, pečurke, karfiol, patlidžan, blitva, kelj, prokelj, korijander, šargarepa, celer, keleraba, repa, artičoka, kupus, ren, grašak, spanać, paradajz, zelena salata, pasulj, rotkvice, crna rotkva, papričice, krastavac, maslačak, lubenica, bundeva...

Od **voća** su alkalni : avokado, banana, višnja, kokos, smokve (suve i svježe), limun, limeta. Zatim, sjeme bundeve, mak, kesten, badem, laneno ulje, kokosovo i maslinovo ulje, susam, sjemenke kima, bosiljak, timijan, soja, ječam, zob, sočivo, proso, sojino mlijeko, soja sos, morska so, cimet, zeleni čaj, jabukovo sirće, čaj od đumbira...

U **kisele namirnice**, koja bi trebalo da čine do **25%** ishrane, spadaju : govedina, svinjetina, teletina, tunjevina i sardine iz konzerve, meso peradi i divljači, rakovi, ostrige, džigerica, mesne prerađevine...

Kiselo **voće** su : šljiva, brusnica, višnja, mandarina, ananas, nar, maline, ribizla, šipak, trešnja, jabuka, breskva, kajsija, borovnica, kupina, mušmula, grejpfrut, narandža, jagoda... Zatim, lješnik, orah, brazilski orah, sjemenke suncokreta, indijski orah, pistači, kikiriki, sjemenke bundeve... bademovo, susamovo i suncokretovo ulje, sirće od bijelog vina, balzamiko sirće. U **kisele** namirnice spadaju i : jaja, topljeni i tvrdi sir, sladoled, kravlje mlijeko, voćni i obični jogurt, puter, margarin, zatim kisela voda, gazirani napici, vino, kafa i zamjene, voćni sokovi, crni čaj, pivo, zatim : hljeb, cerealijske, tjestenine, pirinač, fabrički slatkiši, džem, med, žele, kvasac, čokolada, šećer, kakao, saharin, kari, kečap, majonez, senf, konzervisana hrana, kuvano povrće i sve iz mikrotalasne pećnice.

(Život)

\*

**Ostati ravnodušan prema knjizi znači lakomisleno osiromašiti svoj život.**

(Ivo Andrić)

\*

- Muškarci u višegodišnjem braku konzumiraju manje alkohola, nego neoženjeni, razvedeni ili udovci. ( Op.a. Plaše se žene !?)
- Udate žene piju više alkohola nego slobodne, razvedene ili udovice. (Op.a..Ne plaše se nikoga !?)

(Američko istraživanje na 5000 ispitanika/ca)

\*

**Ljudi mnogo više popiju alkohola iz zaobljenih čaša nego iz ravnih. Pivopije npr.iz zaobljene čaše popiju pivo za 7, a iz ravne za 11 minuta !**

\*

**TRI KLJUČNE STVARI ZA „ZDRAVU“ BRAČNU SVAĐU :**

1. Ne kritikujte partnera, već njegovo ponašanje.
2. Raspravljajte jednokratno samo o jednom problemu.
3. Pažljivo slušajte šta onaj drugi ima da kaže !

(Endrju G.Maršal, bračni terapeut)

\*

**Stalno prvi popuštamo, jer smo najpametniji.**

(Bojan Ljubenović)

\*

**MRŽNJA nije suprotnost ljubavi.** Suprotnost ljubavi je ravnodušnost i hladnoća. Da bismo nekoga mrzeli, pogotovo iz porodičnog kruga, mora da su negde postojala i druga osećanja, verovatno osećanje izneverene ljubavi ili nade. Ponekad nam je lakše da osećamo mržnju, pogotovo ako smo povređeni, nego da se vratimo na mesto ljubavi i priznamo da smo nekada nekoga voleli, verovali mu i predali mu svoje srce. To je često slučaj u partnerskim odnosima, posebno nakon razvoda ili prekinute veze. Osećanje gubitka, povređenosti, ozlojeđenosti, čak i mržnje najčešće nas sprečava da okončamo nevidljivu vezu i postanemo otvoreni za novu ljubav i nove veze.

(Maja Mandić-Marković, psihoterapeut)

\*

## Neke prestupnike češće pomiluje sud nego žena !

(Rajko Kosović)

\*

Kada ste bolesni, nervozni ili loše volje, ne dotičite druge i ne dajte im ništa, jer ih svojim lošim raspoloženjem odvlačite na negativnu stranu.

I kada kuvate za bližnje imajte u vidu da će se vaše loše raspoloženje utisnuti u hranu koju će ukućani kasnije unijeti u sebe. Iako vam nije jasno i to ne osjećate, vi ste u vezi sa svim članovima svoje porodice i društva, pa kada vi napredujete sva bogatstva i svjetlost koju vi primete reflektuje se pozitivno i na osobe s kojima ste povezani. Ista je stvar i kada propadate, svi trpe loše uticaje.

Na ovaj način, ako nismo odgovorni, mi naše najbliže guramo ili prema Nebu ili prema paklu. Trudite se da svoj život učinite što duhovnijim, jer tako neopaženo odvlačite cjelokupno stvaranje prema nebeskim visinama i privlačite blagoslov svim bićima.

(Omraam Mikhael Aivanhov)

\*

- 50% hipertoničara i ne zna da ima povišen krvni pritisak.
- Samo 15-20% bolesnika sa art.hipertenzijom redovno uzima antihipertenzivnu terapiju.
- 25% hipertoničara uopšte ne uzima antihipertenzivne lijekove.

RENALNA DENERVACIJA je nova metoda u liječenju teške, fiksirane, na terapiju rezistentne arterijske hipertenzije, a sastoji se u uništavanju nervnih završetaka u arterijama bubrega, što smanjuje aktivnost simpatičkog nervnog sistema. Izvodi se pomoću katetera plasiranog kroz krvni sud noge do arterija bubrega i gdje se djeluje radiofrekventnom energijom u kratkim intervalima. Nakon ove intervencije sistolni krvni pritisak se smanjuje za 33, a dijastolni za 19 mm Hg.

(Klinika za kardiologiju KC Srbije)

\*

Redovno ispijanje čaja od metvice (**nane**) sprečava neželjenu dlakavost tijela, uzrokovanu povećanim lučenjem muških polnih hormona.

([www.alternativazavas](http://www.alternativazavas))

\*

**Ljubav ima fudbalska pravila : bod na strani vredi kao dva kod kuće.**

(Rade Jovanović)

\*

Zlo radio, gore dočekao.

\*

Polemika i dalje traje : da li su u pitanju posebnosti ili nastranosti ?

(Ranko Guzina)

\*

**AMIŠI** su anabaptisti, hrišćansko-protestantska, brzo rastuća zajednica u Sjevernoj Americi, koja živi u nekom svom vremenu, ne prihvatajući materijalizam i pogodnosti savremene civilizacije (električnu energiju, telefone, televiziju, automobile, traktore, kompjutere). Žive u drvenim kućama, sa namještajem ručne izrade, a zemlju još uvijek obrađuju sa plugom i konjima. Vrlo su religiozni, poštuju Božije zapovijesti, ali nemaju crkvu, već religiju praktikuju po kućama. Govore njemačkim jezikom, a po potrebi i engleskim.

Osmogodišnju školu uče u sopstvenoj organizaciji i nisu uključeni u državni obrazovni, zdravstveni i penzioni sistem. Sa 16 godina mladi amiši mogu slobodno otići u spoljni svijet na **rumspring** („trčanje okolo“) da se provode, piju, nose džins, ali ih se njih 80-90% vrati da nastavi život u zajednici. Žene se sa 18 godina i tada puštaju brade koje ne briju do kraja života. Porodice su im višečlane sa više djece (6-10). Cijelog života fizički naporno rade, zdravo se hrane i često doživljavaju duboku starost. Zajednica živi u oko 500 naselja i broji oko 250.000 pripadnika. Predstavljaju veliku turističku atrakciju.

(Dejvid Belton, reditelj dokumentarnog filma)

\*

- U svijetu postoji oko 400.000 porno sajtova.
- Svako treće dijete uzrasta do 10 godina imalo je nekakav kontakt sa porno sadržajima na internetu.
- Do 16.godine četvero od petoro učenika oba pola prati seksualno eksplicitne sadržaje.
- 25% pacijenata jedne poznate londonske psihijatrijske klinike čine mladi ljudi zavisni od internet pornografije.
- Porno sadržaji su pogubni za mentalno zdravlje mladih.

(Prof.Dr Suzan Grinfeld, Univ.Oksford)

\*

**Veliki ekran, hladno pivo, slane grickalice, popunjen tiket, supruga.  
Izbacite uljeza !**

(Aleksandar Čotrić)

\*

Pesimista vidi problem u svakoj prilici.  
Optimista vidi priliku u svakom problemu.

(Vinston Čerčil)

\*

**Žene su pred menstruaciju** i par dana poslije u hormonalnom haosu, što jako utiče na njihovo raspoloženje, rasuđivanje i izbor partnera.

U vrijeme **ovulacije** žene se oblače izazovnije, „drugačije“ razmišljaju pa ih više privlače „loši momci“ i „mačo tipovi“ nego stabilni i pouzdani muškarci.

Zato je cjelishodnije da žene izbor „pravog“ partnera obavljaju u periodima poslije menstruacije, kada se **vrate u normalu** i kada su u stanju da mogu bolje da procjenjuju i čitaju znakove neverbalne komunikacije.

(Život plus)

\*

Zbog prisluškivanja, ponekad 3 sata ne mogu da se prikačim na internet.

(Dačić)

\*

- **DUGA** je ljepota za oko i simbol nade, sreće, mira i harmonije. Može se vidjeti samo kada u istom trenutku pada kiša i sija Sunce, a mi se nalazimo između te dvije pojave leđima okrenutim ka Suncu.
- Do duge se ne može doći, niti ispod nje proći.
- Pravi oblik duge je krug, ali je zbog tla vidimo kao polukrug.
- Sačinjena je od 7 boja . crvene, narandžaste, žute, zelene, plave, indigo i ljubičaste i svih drugih boja, ali koje naše oko ne može da vidi.
- Što su kišne kapi veće, boje duge su intenzivnije.
- Duga ima nebrojeno mnogo oblika i boja i niko je ne vidi na isti način, jer doživljaj zavisi od oka koje je posmatra i ugla iz kog je posmatra.

\*

**Za jedno mesto u zatvoru konkurišu najmanje dva kriminalca.  
Zbog teskobe, prednost imaju oni sitniji.**

(Ranko Guzina)

\*

**GOVOR** mora da bude poput ženske suknje :  
dovoljno dugačak da bi pokrio temu i dovoljno kratak da bi bio zanimljiv.

(V.Čerčil)

\*

Pisci su sebična i lijena spadala, a tajna njihovog pisanja leži na dnu njihove duše. Pisanje knjige je strašno iscrpljujući posao i liči na dugu i neizlječivu bolest. Niko ne bi započeo takav posao da ga na to ne goni neki demon kojem pisac niti može da se odupre, niti može da ga razumije.

(Džordž Orvel)

\*

#### JUGOSLOVENI u svijetu (prema poslednjim popisima)

<b>Srbija</b>	80.721.-
<b>Crna Gora</b>	1.154.-
<b>Slovenija</b>	527.-
<b>Hrvatska</b>	176.-
<b>SAD</b>	325.000.-
<b>Kanada</b>	63.305.-
<b>Brazil</b>	60.000.-
<b>Argentina</b>	60.000.-
<b>Australija</b>	33.000.-

\*

Pisano je :  
čak i kada se volja Božja vrši kroz zlo,  
teško onome preko koga se vrši.

\*

Englez **FIL INKLI**, po zanimanju ton-majstor, prvi je čovjek koji je morao bukvalno da pobjegne daleko od savremene tehnologije, jer boluje od tzv. „**elektromagnetske hipersenzitivnosti**“, a koju zvanična medicina ne priznaje i ne poznaje. Bolest se manifestuje glavoboljama, bolovima u grudima, krvarenjem iz nosa, šumovima u ušima, pritiskom u sljepočnicama, jakim grčevima i gubitkom svijesti svaki put kada je dolazio u kontakt sa mobilnim telefonima, bežičnim uređajima i izvorima svjetlosti koji zrače.

(Treće oko)

\*

**Čuvajte se dubokih uvjerenja.  
Ona čovjeka mogu i ukopati.**

\*

**Emotikon SMAJLI :-)** proslavio je svoj 30.-ti rođendan.  
Osmislio ga je 1982.g.i predložio da bude parametar za šalu  
prof.dr Skot Falman sa Univerziteta Pitsburg.

\*

AMBICIJA je težnja za isticanjem, uspjehom i priznanjem, koja nas podstiče da stičemo nova znanja i vještine, da se usavršavamo, da napredujemo, da razvijamo ličnost i unapređujemo stanje duha.

„Zdrava“ ambicija je mješavina inteligencije, vjere u sebe, energije, odlučnosti, hrabrosti, radoznalosti, istrajnosti, fleksibilnosti i jasno postavljenih, konkretnih i ostvarivih ciljeva.

„Nezdrava“ ambicija je destruktivna, neskladna sa sposobnostima, nerealna, bezobzirna, udružena sa sujetom, mizantropijom i egoizmom. Pogubna je ako postane opsesija i zavisnost tj kada nam nije važno šta sve moramo žrtvovati da bismo došli do cilja. Takva ambicioznost stvara nesrećne, neispunjene ličnosti bez empatije i sposobnosti da daju i prime ljubav. Čak, kada čovjeka i dovede do poslovnog uspjeha, ona uništi zdravlje, privatni i društveni život, pa i sam – život !

\*

**Živimo u vremenu u kojem, kako kaže istoričar Toni Džad,  
znamo koliko šta košta, ali ne znamo koliko šta vrijedi.**

\*

Šta je optimizam ?  
To je kada u restoranu naručiš školjke i vjeruješ da ćeš u njima naći biser,  
kojim ćeš platiti večeru !

\*

89% ljudi **MIRIS KAFE** svrstava u svoje omiljene arome.

Prvi srk kafe šalje miris u nos sa zadnje strane, iznutra i aktivira receptore mirisa u mozgu.

Buđavi sir, iako je ukusan, mnogima je neprijatnog mirisa, jer prolazi u nos sa „pogrešne strane“.

Naime, čovjek ima dva čula mirisa :  
prvi, koji se aktivira kada udišemo miris, a drugi, kada izdišemo na nos.

Ukus, zapravo, predstavlja miris koji čula detektuju pri izdisaju !

\*

Mogao bih da živim mnogo bolje, ali me je sramota.

\*

Lična parola za svaki dan, svakoga jutra i za svakog od nas treba da glasi :

**JA VOLIM ŽIVOT – ŽIVOT VOLI MENE !**

\*

Istraživanje na 30.000 odraslih osoba je pokazalo da su oni koji **spavaju na lijevoj strani kreveta** srećniji, zadovoljniji, imaju pozitivan pogled na život, više samopouzdanja, sposobniji su za zahtjevnije poslove i bolje se snalaze u kriznim situacijama. Čak 75% njih ne bi nikada promijenilo stranu na kojoj spavaju, iako **oni koji spavaju na desnoj – više zarađuju !**

\*

**A K N E** na licu – znak problematičnog zdravlja :

Lokalizacija	Značenje	Preporuke
Iznad obrva (probavni trakt)	Pretjerani unos masti i druge nezdrave hrane	- Povećati unos vode
Između obrva (jetra)	Pretjerani unos alkohola, masne hrane, mlijeka i mliječnih proizvoda. Moguća alergija na neku hranu	- Dijeta - Izbjegavanje alkohola i nezdrave hrane
Predio sljepočica (bubrezi)	Dehidracija	- Povećati unost tečnosti, naročito vode
Nos (srce)	Povišeni krvni pritisak, nedostatak vitamina B grupe	- Smanjiti unos začinjene, konzerv. hrane i mesa - Više kretanja
Predio jagodica (disajni putevi)	Pušenje i/ili alergije	- Smanjiti pretopljavanje tijela
Ušne resice (bubrezi)	Pretjeran unos gaziranih pića, kafe i alkohola	- Povećati unos vode
Obrazi i predio oko usta (hormoni)	Stres, hormonalne promjene, ovulacija	- Dovoljno noćnog sna - Povećati unos vode
Brada (želudac)	Višak toksina u organizmu	- Biljni čajevi - Namirnice sa vlaknima

\*



Redovna konzumacija jabuka smanjuje rizik za gubitak zuba za 30% !

\*

**Ako ne znate kuda idete, svaki put će vas tamo odvesti.**

(Švajcarska)

\*

Evo načina da saznate da li je vaša životna misija završena :  
ako ste još živi, nije !

(Richard Bah, pisac)

\*

Snovi se zaista ostvaruju. A ako i ne ispadne sve kako ste želeli,  
to ne znači da ste na ovom svetu bez svrhe.  
Ako vam se ne dogodi čudo, možda ćete vi za nekoga postati malo čudo.

(Nik Vujičić, motivacioni govornik i autor knjige „Živeti slobodno“)

\*

**Da bi bio u onome čime se baviš dobar, moraš biti prvo dobar čovjek.**

\*

**PATLIDŽAN** u svijetu zovu „luda jabuka“ jer ga „ludo vole“ s kraja na kraj svijeta. Kao dobar izvor antioksidanata patlidžan prevenira nastanak karcinoma, srčanog i moždanog udara, a preporučuje se i dijabetičarima. Oprez je potreban jedino kod zapaljenskog reumatizma (artritis), jer može da promijeni ravnotežu minerala i dovode do pogoršanja tegoba

(Zdravlje&Nauka)

\*

Hormon **grelin**, koji se luči u želucu kada smo gladni,  
indirektno stimuliše moždane funkcije učenja i pamćenja.

(Univerzitet Jeju)

\*

Kontrolisano gladovanje tokom dvije nedjelje može drastično ublažiti bolove u zglobovima i popraviti opšte stanje kod bolesnika sa reumatoidnim artizom !

(Univerzitet „Fridrih Šiler“ Jena)

\*

Lako je skinuti glavu onome ko je na koljenima.

\*

Amerikanka Florens Detlor „gazi“ 101.godinu života i najstarija je korisnica društvene mreže Facebook.

\*

Istraživanja pokazuju da slike muškaraca i žena različito procesuiramo u mozgu : muškarce vidimo kao kompletne osobe, a žene parcijalno, po dijelovima tijela.

Pripadnici oba pola na istovjetan način (u dijelovima) posmatraju slike žena, ali to čine iz različitih razloga : muškarci, jer su zainteresovani kao za potencijalnu partnerku, a žene više radi poređenja sa njom.

Žene, koje okolina posmatra kao (poželjne) seksualne objekte, anksioznije su i češće imaju probleme sa mentalnim zdravljem.

(Prof.Dr Sara Džervais, Univ. „Nebraska Linkln“)

\*

Svaki organ i na ženi i muškarcu (sisarima) nečemu služi i ima neku svrhu, jedino muške sise su rudiment koji nema nikakvu funkciju. Ali mogu postati problem ako se na njima jave patološke promjene, najčešće ginekomastija i karcinom !

**Karcinom dojke kod muškarca javlja se 100 puta rjeđe nego kod žena.**

(Dr Ivan Marković, hirurg)

\*

BILJKE imaju sposobnost da vide svjetlost, osjećaju miris i dodir, da pamte, da postavje prepreku kada su opkoljene i da upozore svoju sabraču na dolazeću opasnost. Cijela biljka predstavlja analogiju ljudskom mozgu. Iako nemaju neurone, biljke proizvode neuroaktivne hemikalije. Drugim riječima, i biljke imaju dušu !

(Dr Danijel Čamović, biolog, Univerzitet Tel Aviv)

\*

**ČUVAJTE DRUGE OD SEBE, A VAS ĆE ČUVATI BOG.**

\*

**„GERILA“ marketing** je šokantan, duhovit i kreativan način da se privuče pažnja javnosti i idealno je rješenje za male firme kako da na ogromnom marketinškom tržištu pariraju velikim brendovima

Jedan od prvih primjera „gerilskog“ marketinga bila je mala knjižara u Londonu. Kada su sa njene lijeve i desne strane otvorene velike konkurentske knjižare, vlasnik je iznad svoje samo postavio veliki natpis - „GLAVNI ULAZ“ !

(Večernje novosti)

\*

Nikako da napravimo dobru vladu. Sirovina je tu, ali ipak nešto fali.

(Ninus Nestorović)

\*

**Klubovi traže sponzore, a fudbaleri sponzoruše !**

(Dragutin Minić)

\*

**Što više advokata, parnica je duža ; što više ljekara, proces je kraći.**

(M.G.Safir)

\*

**Vrijeme leti. Ako nešto hoćeš da uradiš, uradi odmah !**

\*

Vremenski pritisak zbog kratkih rokova na radnom mjestu je neizbježan. Mnogi u takvim situacijama od sebe daju maksimum, ali to može da da i negativne moralne posljedice. U jednom istraživanju je

**grupi studenata teologije** ispričana priča o dobrom Samarićaninu, a zatim im je rečeno da odu do druge zgrade, gdje će ih „snimati za film“.

Na putu su sreli „čovjeka u nevolji“.

Kada su imali dovoljno vremena skoro svi su mu pomogli.

Kada su „na snimanje“ pušteni sa zakašnjenjem, čovjeku je pomoglo 63%, a kada im je rečeno da požure koliko god mogu, pomoglo mu je – samo 10% ispitanika !

(Prof.Dr Mijel Kaptein, Fakultet za menadžment u Roterdamu)

\*

**Velikodušan je onaj koji je srećan zbog tuđe dobre sreće i tužan kada druge nešto boli, a sve svoje daje lako i bez žaljenja.**

\*

**BEOGRAD** je zadržao nešto što malo koji grad ima. On svakog primi; najveća je majka, najbolja i najbrižnija strina, dirljiva tetka, brat svakome.

Dodeš na Železničku stanicu, pređeš 200 m i eto te na Terazijama.

Na krovu sveta !

Odatle možeš da ideš gde hoćeš !

(Petar Božović, glumac)

\*

**Ljudi jednako preuveličavaju sreću i nesreću.**

**Nikada nismo ni toliko srećni ni toliko nesrećni, kako se to govori.**

(Balzac)

\*

Mazohisti, vratite se ! Otadžbina opet zove !

(Dragan Rajačić)

\*

Tačka oslonca je ujedno i tačka preokreta.

\*

**Sramežljivost sadrži dio narcisoidnosti, tj uvjerenosti da su naš izgled i nastup zaista bitni drugim ljudima.**

(A.Dubius)

\*

**DALTONIZAM** je fenomen, a ne bolest. Karakteriše ga nemogućnost razlikovanja boja.

Funkcija oka: u oko dolazi svjetlost reflektovana od predmeta koje gledamo. Npr. kada gledamo u bijeli predmet reflektuju se svi dijelovi spektra, a kada gledamo u crni, ne reflektuje se ni jedan dio. Ali zato, zeleni list koji upija sve dijelove svjetlosti, a reflektuje samo zeleni dio, mi vidimo da je zelen.

Oko sadrži 2 vrste receptora : štapići detektuju pokret i slabu svjetlost, a čepići boje i fine detalje. Postoje 3 vrste čepića i svaka od njih detektuje samo 1 dio svjetlosnog spektra – plavog, zelenog ili crvenog (trihromatski vid).

Odsustvo ili slabije funkcionisanje i samo jedne vrste čepića dovodi do otežanog razlikovanja jedne od boja (dihromazija), pa će osoba sa tim poremećajem travu vidjeti u crvenoj boji ili neće biti u stanju da razlikuje crvenu delišes jabuku od zelena.

Potpuno odustvo osjećaja za boje najčešće je urođeno i javlja se kod 1 osobe među 100.000 ljudi. Otkriva se najranije oko 3. godine života.

Dijagnoza daltonizma u kasnijim periodima života postavlja se pomoću IŠIHARA testa, gdje se u krugu sa raznobojnim kružićima treba pročitati određeni broj. Osoba sa

normalnim osjećajem razlikovanja boja vidi npr. broj 74, a ona sa poremećenim kolornim vidom 21. Osoba bez osjećaja za boje - brojeve i ne vidi.

(Prof.Dr Branislav Đurović)

\*

### **SMOKVA i „kurije oko“ :**

Smokvu otvoriti i unutrašnjom stranom pokriti kurije oko, fiksirati je i ostaviti da djeluje preko noći. Ujutru se smokva uklanja, noga potapa u vruću vodu i potom kurije oko skida. Tretman se po potrebi može ponoviti do 5 puta.

\*

### **LOPOVI SU MEĐU NAMA, A MI MEĐU NJIMA.**

(Ilija Marković)

\*

Čast i korist ne stanuju pod istim krovom !

\*

**Slušam ono što me smiruje, pijem ono što mi gasi žeđ i volim one koji vole mene.**

(Sokrat)

\*

### **VRSTE LJUBAVNIH PREVARA (afera)**

1. **„Slučajna“ afera** – Jednostavno se desi, najčešće s nekim sa posla. Dešava se osobama koje duže vremena imaju probleme u braku ili vezi. Ovu prevaru treba oprostiti, jer brak poslije nje često postane stabilniji !
2. **Afera „poziv u pomoć“** - Događa se partnerima koji su dugo nesrećni u braku, sve si pokušali da ga spasu, ali komunikacija ne ide na bolje.
3. **Preljuba zvana „samoliječenje“** - Dešava se onima koji takođe godinama imaju bračne probleme, ali nisu isprobali „poziv za pomoć“. Depresivni su i zaglavljani na poslu, pa u nevjerstvo ulijeću da bi učinili život bar malo uzbudljivijim.
4. **„Don Žuan“ afere** – Sklone su im osobe kojima ne treba vjerovati, jer varaju s kim god stignu. Iako im partneri to najčešće opraštaju, svi će biti srećniji tek - poslije razvoda.
5. **Veza „trnožac“** je dugotrajna veza u kojoj muškarac zbog bračnih problema trči ljubavnici, a suprugu ne može da ostavi „zbog djece“.
6. **Afera „milo za drago“** – Ovo je destruktivan način rješavanja bračne situacije. Preporuka je da se uzajamno sve oprostimo, a brak „resetuje“ i spasi.

7. „Istraživačka“ afera – U pitanju je vanbračna veza iz radoznalosti, a zatim vraćanje dugogodišnjem partneru sa uvjerenjem da „napolju“ ipak ima mnogo osoba zgodnih za „bolju“ vezu !
8. **Afera „odlazim“** - To je vrlo ozbiljna afera, praćena teškim riječima između partnera. Nevjernik je grub i odlučan da ode, pa ga ne treba ni zadržavati !

Najočajniji parovi, koje sam vidio, bili su oni koji su pokušavali da se poslije nevjerstva oporave, i istovremeno, najsrećniji su bili oni koji su u tome uspjeli.

(Endrju G.Maršal, braćni terapeut)

\*

**Drži ženu u šahu i dobro pazi da sam ne završiš u matu !**

(Balzak)

\*

Oženio se preko interneta. Razveli su zato što mu je pao sistem.

(Dušan Puaća)

\*

U svakom srcu postoji iskra dobra.  
Samo treba razgrnuti pepeo grijehova i razgorjeti je.

(Vladika Lavrentije)

\*

Nepismeni najčešće pitaju – a gdje to piše ?

(Ilija Šekuljica)

\*

**Doći će vrijeme u kome će se bolest smatrati sramotom, jer će čovjek shvatiti da ona nastaje dejstvom pogrešnih misli.**

(Vilhelm fon Humbolt)

\*

Žito i kukolj se odlično poznaju, odrasli su zajedno !

(Zoran T.Popović)

\*

## Kako se može (na)učiti HARIZMA ?

- **Pažljivo slušajte.** Većina ljudi pažljive slušaoce doživljava kao pozitivne pa sagovornici postaju otvoreniji.
- **Govorite jasno.** Razmislite o svakoj rečenici i ne iznosite nepotrebne podatke.
- **Koristite pohvale, kritike i fraze.** Kritiku i komplimente upućujte drugima samo kada ima razloga za to. Gradite svoje ali i tuđe samopouzdanje !
- **Iskren smiješak** je izraz topline i – harizme.
- **Uspravno stajanje** je stav pobjednika ; izražava snagu i osvaja publiku.
- **Kontakt očima** primjenjujte na što više ljudi jer nam to omogućava da vidimo da li su naše poruke prihvaćene.
- **Poštujte sebe i prihvatite ulogu vođe**, ali ne brkajte harizmu i popularnost.

(Prof.Dr Ronald Riđo, Univ.Kalifornija)

\*

Ko se na lažima uzdigao, taj na istini pada !

(Slobodan Dučić)

\*

Hiljadu stepenika treba do vrha, a samo jedan jedini do dna !

\*

**Nema laži, nema prevare... Kakav mi je pa to brak ?!**

(Dejan Milojević)

\*

Poštenje se meri stepenom iskušenja.

(M.Žuborski)

\*

INTELIGENCIJA je sposobnost snalaženja u nepoznatim situacijama i donošenja ispravnih odluka.

(MENSA)

\*

Čuvaj sebe od grijeha i ne budi povod za tuđi grijeh.

\*

U rukama zla čovjeka bogatstvo postaje zlo.  
U rukama dobra čovjeka bogatstvo postaje dobro.  
U glavi pokvarena čovjeka znanje postaje otrov, a  
u glavi dobra čovjeka znanje postaje lijek.

\*

Izvjesci **Semjuel Bert** se posthumno „osvetio“ svojoj supruzi zato što mu za života nije dozvoljavala da puši. Naime, on joj je testamentom zaveštao 330.000 £ ali pod uslovom da svakoga dana mora da popuši po pet cigareta !

\*

Do sada je u svijetu zabilježeno oko 120 slučajeva **spontanog samosagorjevanja ljudi** (Spontaneous Human Combustio – SHC), kada se čovjek iznenada pretvori u plavičastu plamenu loptu, sličnu plamenu iz aparata za autogeno zavarivanje i za oko pola sata postane gomila pepela. Noge i okolni predmeti ostaju netaknuti !

Nijedna teorija do sada nije uspjela da objasni ovu pojavu, ali svakako najbliža istini je teorija engleskog biologa **Dr Brajana J.Forda**. On smatra da je uzrok samosagorjevanja ovih nesrećnika bio porast acetona (ketonsko tijelo) u stanju ketoze organizma i prisustvo statičkog elektriciteta od (sintetičke) odjeće. Ketoza se javlja kao alternativni mehanizam stvaranja energije prilikom značajne hipoglikemije, alkoholizma, ishrane bez masnoća, dijabetesa. Noge ostaju netaknute zbog nedovoljnog prisustva acetona u ekstremitetima.

(Treće oko)

\*

Najveća ironija je kada ti cijelog života sole pamet, a ti na kraju umreš od šećera!

\*

Čovjek napreduje kao stablo ; ljudi ga okružuju dok je pokriveno plodovima, ali čim plodovi otpadnu, ljudi se razilaze u potrazi za boljim stablom.

(Arapska)

\*



Samo kukavice vole po nekoliko žena.  
Hrabri muškarci se ne plaše rizika da vole samo jednu ženu.

\*

Prosječan muškarac najčešće se žali na mnogo posla, malo para i nezgodnog šefa, a često se ispostavi da je „stresna inicijalna kapisla“  
problem sa ženom, djecom ili zdravljem.

\*

OGLAS :

**Prodajem psa, jede sve, djecu obožava !**

\*

#### HAKERSKA TERMINOLOGIJA

- **White hat** (bijeli šešir) – haker koji upada u server iz dobrih namjera, tzv. etički haker.
- **Black hat** (crni šešir) – haker koji koristi znanje i tehnologiju u kriminalne svrhe.
- **Blue hat** (plavi šešir) – haker koga kompanije plaćaju da ih štiti od upada drugih hakera u njihove sisteme.
- **HActivist** – haker koji koristi znanje i umješnost iz političkih pobuda, ideala i uvjerenja.

\*

**Ako hoćete da povratite novac, uložite ga u alkohol !**

Podrumi Vlasotince

\*

Biblioteka ??? Pa to je... neka vrsta ranog interneta.

(2112.godina)

\*

Istraživanja pokazuju da ljudi bolje uče kada moraju da se pomuče i da bolje pamte sadržaj napisan **teško čitljivim fontom** nego onim koji je vizuelno prijemčiv. Ova saznanja već uveliko koriste specijalisti za računarski interfejs, naročito kada žele da povećaju uticaj svog dizajna.

\*

Kad se čovjek okrene Bogu, svi putevi vode Bogu.  
Kad se čovjek okrene od Boga, svi putevi vode u propast.

\*

**KVIR (Queer)** je termin kojim se opisuje cijela homoseksualna, biseksualna, transrodna, transseksualna i interseksualna zajednica, kao i heteroseksualne osobe koje sebe vide ili žive van hetero-patrijarhalnih normi.

(Udruženje Q BiH)

\*

**Političku klimu danas može da promijeni svaki jebivjetar !**

(Ivko Mihajlović)

\*

**Smjernost duše** je oružje koje nikakve sile ne mogu uništiti.

Videći tvoju smjernost i neprijatelj će se smiriti.

**Gordošću je nemoguće smiriti gorde.**

\*

Sve češće se u stručnim krugovima EU govori o uvođenju 2 valute - perifernog evra (EUP) za Grčku, Italiju, Španiju, Portugaliju i Irsku i centralnog evra (EUC) za Njemačku, Francusku, Holandiju, Finsku, Belgiju, Austriju i ostale stabilne ekonomije.

Evro za bogate – centralni evro (**EUC**)

**1 € = 1,83 \$**

Evro za siromašne – periferni evro (**EUP**)

**1 € = 0,65 \$**

\*

**HRIŠĆANSTVO** je najrasprostranjenija religija u svijetu (33,06%), zatim islam (19,2%), hinduizam (13,33%), budizam (5,87%), sikizam (0,39%), judaizam (0,23%). Islam je po broju vjernika preuzeo primat od katoličanstva.

(Vatikan)

\*

**Postoje samo ljudi i neljudi. Sve druge podjele su lažne.**

\*

Čovjek ne mrzi ni boljeg ni goreg od sebe, već drugačijeg,  
jer ga doživljava kao podmuklog i opasnog.

\*

Da, znam da **Obama** nije musliman, iako znam i da jako puno ljudi u ovoj državi  
misli da jeste. I šta bi bilo da jeste ?

Ono što bih željela da kažem je da je dobar čovjek dobar čovjek,  
bez obzira na to kako se Bogu moli.

(Madona)

\*

**TEFELINI** su kožne kutijice sa kaišem, u kojim su ušiveni mali svici od pergamenta sa početnim rečima Petoknjžja. Prvi se veže za levu ruku, drugi sa 4 pergamenta stavi se na čelo da svedoči kako sin Zakona večno posvećuje svoj um Bogu. Dobijaju ga dečaci sa 12 godina, kada postaju sinovi Zakona, tj. odrasli muškarci, Jevreji.

(Ljiljana Habjanović - Đurović)

\*

**DJELO koje neko učini, ne može biti uništeno sve dok ne donese svoje  
plodove, i nema te sile u prirodi koja može spriječiti nastanak posljedice.**

(Mladen Marković, psiholog)

\*

Ne može se u isto vrijeme predano služiti dvojici gospodara.  
Ako ih oba voliš, vremenom ćeš jednog zavoliti više, a drugoga prezirati.  
Ne može se u isto vrijeme služiti Bogu i čovjeku.

(Sv.Ap.Luka)

\*

Kada nešto odlučuješ, vidi da li to doprinosi i blagostanju drugih, a ne samo tebi.  
Ako je odgovor **ne**, taj izbor nije dobar i neće se vratiti dobrim !

\*

**NEPRAVDA BOLI ČAK I AKO OKRENEMO GLAVU U STRANU.**

\*

Najviše se vole oni ljudi koji imaju iste vrline, a  
najviše se mrze oni, koji imaju iste mane.

(Jovan Dučić)

\*

Ko me iza leđa kudi, taj me se boji; ko me u oči hvali, taj me prezire !

\*

Kada se suočimo sa smrću odjednom shvatimo kako smo živjeli, a kako je trebalo.  
Zato, živimo kao da upravo možemo umrijeti i umirimo kao da je život pred nama !

\*

Ko god zrelo misli, njega prvo otresu !

(Rastko Zakić)

\*

**Zluradost** je prijava haljina koju duh naš ponekad sa zadovoljstvom oblači.  
Onog časa kada se poraduješ grehovnom padu brata tvog i ti si pao,  
na radost đavola, koji je jednom udicom dvije ribe ulovio.

(Vladika Nikolaj Velimirović)

\*

Da bi sačuvalao filozofsku smirenost u poslu, drži se poslovice:  
„Ne puštaj krv kad su ajkule oko tebe !“

(Ljiljana Blagojević, glumica)

\*

**Mošti svetaca** su ostaci ljudi koji su za života asketski služili Bogu. Mošti ne podliježu prirodnim zakonima i ostaju neraspadnute i miomirisne na bosiljak, lovor i kamilicu.  
U Rusiji su pokušavali da balzamuju tijelo varalice sa glicerinom, koloidnim srebrom i uljem eukaliptusa, ali se tijelo raspadalo i širilo takav zadah, koji se nije mogao suzbiti ni formalinom. Čak se pojavio i dim, za koji je potrebna šalitra i sumporna kiselina, ali toga nije bilo u blizini.

\*

**Slava prati samo vrlinu !**

\*

Gdje sam prerastao, tu štrčim.

\*

Ne postoji muškarac koji neće ispričati SVE lijepoj ženi  
koja umije da pita i da sluša !

\*

„Ćud je ženska smiješna rabota...“ – reče davno Njegoševa glava,  
ne kuni je, bila bi grehota, al' joj vjeruj samo kada spava !

(Novokomponovana)

\*

**Djeco, propast dolazi poslije objesti !**

\*

Ukoliko u vašim genima, korjenima postoji neki robovlasnik ili pripadnik  
Kju kluks klana, crni ljudi to mogu da osjete. Baš kao što Jevreji mogu da  
nanjuše naciste ili Srbi nekog Hrvata.

(Bob Dilan, muzičar)

\*

**Govori brate, o čemu god hoćeš, samo ne o vjeri i politici,  
pa se nećeš nikome zamjeriti.**

(Ljuba Nenadović)

\*

U vrijednosti se uvjeravamo poređenjem.  
Ne poređenjem sa drugima, već sa samim sobom ;  
ono što jesam, sa onim šta sam htio da budem.

\*

**Neočekivani udarac dvostruko je nemilosrdan !**

\*

Zapovjedima razuma treba se pokoravati više nego zapovjedima gospodara, jer  
ko ne sluša svoga gospodara postaje nesrećan, a ko ne sluša svoj razum,  
postaje – budala !

(B.Paskal)

\*

Kad bolje razmislim, najhrabriji su oni koji nisu stigli da pobjegnu.

\*

PRVO ZLATNO PRAVILO : Ne nerviraj se oko malih stvari !

DRUGO ZLATNO PRAVILO : Sve stvari su male !

\*

**Laž je žilava i lukava.**

**Ko ne poklekne pred tim iskušenjem postaje sve čvršći, a nagrada mu je velika :  
u njemu se nastanjuje mir, a um i duh mu sve jasnije vide istinu  
skrivenu i iza najlukavije laži !**

\*

EUTANAZIJA je grijeh sličan abortusu i niko je ne može učiniti mirne savijesti.

\*

**Na pitanje šta je za nju sreća, jedna žena,  
majka osmoro djece je odgovorila :**

**„Ruke moje djece koje me grle svakog dana.“**

\*

Tim američkih psihologa je otkrio da **upotreba cucle** značajno utiče  
na emocionalni razvoj, isključivo, muške djece.

S cuclom u ustima bebe slabije oponašaju izraze lica i emocije.

Sedmogodišnji dječaci koji su koristili cucle teže pokazuju emocije, a  
kao studenti imaju i slabije rezultate na testovima emocionalne inteligencije.

\*

**Supa je super – super nije supa.**

\*

**Živčani napad nije najbolja odbrana !**

(Anđelko Erdeljan)

\*

„A onda je Gospod dopustio da mi priđe satana.  
Nosio je odeću bogatih i moćnih, a i lik mu je bio prijatan.  
Ali nije krio ko je.  
Najpre mi je ponudio razmevanje. Pa utehu.  
Zatim mi se rugao.  
Pokušao je da me uplaši.  
Na kraju mi je i pretio.  
Uza svaku ponudu menjao je lik kao masku.  
Bio je utešitelj kao majčino krilo.  
Drugar, koji podstiče na nestašluk.  
Moćnik u čijoj su vlasti sva blaga ovog sveta.  
Razočarani posednik odbačene istine.  
Ali sve mu je bilo uzalud.“

(Isus o svom iskušenju u pustinji, Ljiljana Habjanović - Đurović „Svih žalosnih radost“)

\*

**Mir u školjkama stvara bisere.**

\*

Čovjek traži pohvalu da bi prestao da sumnja u samoga sebe, ali  
ravnodušan je prema aplauzu kad je siguran u uspijeh.

(A.Bou)

\*

**Do pete godine dijete je tvoj gospodar, do desete tvoj sluga, od desete do  
petnaeste tvoj tajni saveznik, a zatim postaje tvoj prijatelj ili tvoj neprijatelj.**

\*

Kad smo mi Srbi imali gusle, Evropa nije imala pojma šta je to kompjuter !

\*

**Mrtvi živima oči otvaraju !**

\*

**Kada mudrac pokaže ka Mjesecu, budala vidi samo prst.**

\*

Stara tradicija nalaže da se uvijek ide drugima u susret sa željom da im nešto donesemo. Ako tako ne činimo svi će misliti da smo prazni, nepoželjni i zatvoriće nam vrata svoje duše i srca. A donijeti možete i lijep pogled, osmijeh, nekoliko toplih riječi jer je to živi poklon. Naviknimo se da uvijek dajemo i dajmo ono što čini dobro živim bićima.

Prazna posuda i pozdrav ujutru ljudima donosi prazninu toga dana, poraz.

Zato u posudu stavite bar nešto, a osobe pozdravljajte  
sa mislima da im donosite zdravlje, sreću.

Pošto smo neiscrpa bašta, dijelimo sve što imamo i život neće prestati da izbija iz nas.

(Omraam Mikhael Aivanhov)

\*

**U kontaktu sa drugima dobijamo koliko zaslužujemo ili  
koliko smo u stanju da shvatimo.**

\*

Bog uvek udesi da bar jednom u životu svako pogne svoju gordu glavu.

(Radovan Beli Marković)

\*

**Gubitak tjelesnog stida vodi razvratu do gnušanja, a  
gubitak duhovnog stida vodi gordosti do ludila.**

**Izgubiti stid znači priznati sebe savršenim.**

\*

Srce čovjekovo ne može da bude prazno.  
Ono je neminovno zauzeto ili ljubavlju ili mržnjom, prema svemu i svakome.

\*

**Kad je oko slobodno, vidimo; kad je srce slobodno, volimo !**

\*

**Ljubav je strašno jednostavna, a mržnja jednostavno strašna !**

(Silvester Ištuk)

\*



Radost i tuga su neodvojive. Dolaze zajedno. Kada jedna sjedi uz tebe, sjeti se da je druga zaspala na tvom krevetu.

(H.Džibrán)

\*

Ako pojedete samo **jednu jabuku prije svakog obroka** možete bez napora da na TT izgubite u prosjeku 1 kilogram nedjeljno ! Jabuka je bogata vlaknima, brzo zasiti i može da eliminiše potrebu za slatkišima. Još ako tokom ove dijeta (bez slatkiša !) provodite laki kardio trening 3 - 4 puta nedjeljno u trajanju od najmanje pola sata, rezultati će biti fascinantni !

(Temi Flin, nutricionistkinja, SAD)

\*

Ako ne vjerujete svojoj intuiciji da ste „nabasali“ na nepouzdanu, egoističnu osobu sklonu prevarama, onda obratite pažnju na „**paket gestova**“ koji to potvrđuju, a koje takva osoba obavezno (na)pravi u nizu :

- dodirivanje sopstvenih ruku
- dodirivanje lica
- prekrštanje ruku
- zavaljivanje u stolicu

\*

**Umro je čiste savjesti. Svoje zločine pripisao je drugima.**

(Zoran T.Popović)

\*

Ako si iskren prema svojoj ženi, nijedna druga neće imati od tebe nikakve koristi.

\*

**NOVAC NE MOŽE MIRNO DA LEŽI ; ON HOĆE DA RUŠI, GRADI I RATUJE.**

\*

Želite li da znate šta Bog misli o novcu, pogledajte one kojima ga je dao.

(Doroti Parker)

\*

Ono što ljudi obično traže od Boga u molitvi jeste :  
da dva i dva ne budu četiri.

\*

**Šestica samo čeka da stvari krenu naopako pa da se probije među devetke.**

\*

- **Riječi** su moćne, pokretljive, razdražljive pa sve što **kažemo djeci** može imati vrlo loš uticaj na njih, mogu da ih blokiraju ili uplaše. Vodite računa kako im se obraćate; ne ponižavajte, ne prijetite, ne plašite, da ih ne biste pretvorili u psihijatrijske klijente.
- Umjesto ružnog odnosa, roditelji bi trebalo da se usmjere na Božansku iskru u svom djetetu i da mu u podsvijest stavljaju **dragocjene elemente** koji će kasnije dijete štiti od grešaka.
- Ni najbolja škola neće obrazovati dijete ako je u porodičnom domu okruženo svađom, lažima, nepoštenjem. Čak i male bebe osjećaju tu disharmoniju u kući i upijaju je preko eteričnog tijela. **Ponašanje roditelja najbolje pokazuje koliko stvarno vole svoje dijete.**
- **Odrasli moraju uvijek da budu nepogrešivi** pred svojom djecom, a kada dozvole da se vide njihove slabosti djeca su zbunjena, izgubljena, nemaju na koga da se oslone.. **Djeca instinktivno imaju potrebu za pravdom, istinom i autoritetom.** Ako im roditelji i vaspitači to ne pruže, ona su osjećaju izgubljeno ili se pobune. To je uzrok mnogih porodičnih i društvenih tragedija.
- **Ne tucite svoju djecu nikad** kada ste bijesni, jer ćete u njihovoj memoriji stvoriti utisak mržnje, zla, a ne pravde. Za dobar odgoj dijete mora da osjeti da ste pravedni i da zato što ste pravični – vi ga ispravljate. I kada ga korite nikada vaš pogled ne smije da bude ni bijesan, ni neprijateljski, jer **dijete može zaboraviti šamar, ali nikada neće zaboraviti pogled koji ste mu uputili.** Šamar ili udarac po zadnjici ne smiju biti diktirani nervozom, nije pedagoški, već željom **da dijete razumije da je poštovanje pravila za njegovo dobro !**

(Omraam Mikhael Aivanhov)

\*

**Ako si strpljiv u trenutku bijesa, izbjeći ćeš stotinu dana tuge.**

(Kineska)

\*

**Kada sam imao 14 godina, mislio sam da mi je otac idiot. Ali kad sam napunio 21. bio sam zapanjen koliko je stari naučio za ovih 7 godina !**

\*

Dokazano je da **disanje na desnu nozdrvu** povećava nivo glukoze u krvi i poboljšava oksigenaciju tkiva, što kod fizičkih aktivnosti i iscrpljenosti omogućava brži odmor i oporavak od napora. Osim toga „desno disanje“ stimuliše lijevu polovinu mozga koja je aktivna kada smo intelektualno angažovani i kada rješavamo logičke zadatke.

**Disanje na lijevu nozdrvu** stimuliše desnu polovinu mozga, zaduženu za kreativnost, pa prilikom kreativnog i umjetničkog rada aktivna je i lijeva nozdrva. Kada obavljamo rutinske zadatke „lijevo“ i „desno“ disanje se spontano smjenjuje.

\*

**NEKOM SVE, NEKOM NIŠTA .  
I NIKOM NIŠTA !**

\*

Ljudi se dijele na razne načine, a množe samo na jedan.

\*

**I poslije pranja ruku ostaju otisci prstiju.**

\*

**KRAV- MAGA** je borilačka vještina za sprečavanje i prevazilaženje bilo koje vrste nasilja i napada. Nastala je u Izraelu, a njen rodonačelnik je Imi Lihtenfeld. Laka je za učenje, a primjenjuje se prirodno i instinktivno, naročito u stresnim situacijama. Namijenjena je policiji, zaštitarima, obavještajnim agentima, pripadnicima protivterorističkih i specijalnih jedinica.

\*

Na pločici sa Molijerovim imenom u Akademiji nauka Francuske stoji :  
**„Njegovoj slavi ne nedostaje ništa, a našoj nedostaje on.“**  
Molijer nikada nije bio član ove Akademije.

\*

Ko pristane da je rob i sluga, nikad dobar sluga neće biti.  
Svako će mu neku manu naći.

(Matija Bećković)

\*

**Što se više udaljavate od sebe, lakši ste plijen !**

(Mihajlo Vujanić)

\*

**Dr Kjing-Džin Mina** sa Univerziteta Inha otkrio je zašto muškarci žive kraće od žena. Naime, proučavajući dinastiju Džoseon u periodu od 14.-20.vijek, Dr Mina je zapazio da je tada prosječan vijek života muškaraca bio oko 50 godina, a da su evnusi živjeli oko 70.! Zaključak njegovih istraživanja glasi : muškarci kraće žive od žena zbog muškog polnog hormona, testosterona.

\*

**Srcem se vjeruje, a ustima svjedoči.  
Ne može jezik govoriti pravdu ako je srce ispunjeno zlobom.**

(Sv.Ap.Pavle)

\*

**Poslije položenog ispita, profesor mi je rekao da je više očekivao od mene.**

(Milivoje Jozić)

\*

Simbol Beograda, „**Pobednik**“ na Kalemegdanu, delo je vajara Ivana Meštrovića. Ali niko pouzdano ne zna koju pticu na levoj ruci drži „Pobednik“: orla ili sokola ? Drugo ime za „Pobednika“ bilo je „Sokolar“, ali u ugovoru sa vajarom piše - orao !?

\*

**Ćutanje je zaštitnik od neprijatnosti u životu; prigušuje loše misli, povećava opreznost, sprečava drskost, a ćutanje o vlastitim patnjama vodi osjećanju odvažnosti i samopoštovanja.**

\*

Rat ljude učini budalama, a ostale poubija.

\*

**PILAT i IROD su se pomirili pred ubistvo Hristovo.  
Često se mire dvije laži kada im predstoji borba protiv istine.**

\*

Kada imate osjećaj da ste iznad drugih,  
prije ili kasnije gubite sve što vas čini takvim !

\*

**Raskajani su oni koji se kaju neiskreno, povremeno i beznađežno.  
Dubok nemir je znak da kajanja stvarno nije ni bilo.**

(Prof.Dr Vladeta Jerotić)

\*

Neprijatelji – to su često naši prijatelji koje od nas dijeli samo kakav  
nesporazum ili predrasuda.

\*

Nedavno istraživanje kompanije PayPal (za plaćanje preko interneta) predviđa da bi  
plaćanje putem „pametnih“ mobilnih telefona, odnosno NFC tehnologija, moglo preko  
interneta (**www**) u potpunosti da zamijeni transakcije gotovog novca i to već  
od 2016.godine. Numerički ekvivalent slova **w** je 6.

Hebrejsko slovo **waw** je ekvivalent slova **w** u latinskom alfabetu.

Grčka riječ **THERION** znači **zvijer** i ima numerički ekvivalent **666**.

Za poznavaoce Biblije, sve ovo je samo najava „posljednjih vremena“ čovječanstva.

(Treće oko)

\*

Onaj ko sačuva dušu neće ostati bez hljeba, jer će nas Onaj ko nas ovdje drži  
na neki od bezbroj načina obezbjediti.  
Problem je u našem nepovjerenju u Njegovu moć i volju da to učini.  
Zato i trgujemo dušom.

\*

**Ostati bez duše znači ostati bez osjećanja odgovornosti za svoje postupke  
i pred Bogom i pred ljudima.**

\*

Dobrodušnog čovjeka sam Bog čuva.  
Ko nasrne na takvog čovjeka, to je kao da je nasrnuo na samoga Boga.

\*

Nijedna nagrada nema značaja osim ako je putokaz za generacije koje dolaze poslije dobitnika.

\*

U našoj kulturi već je poslovično da čovek, kad se razboli, dobije sto čuda. Umetnici često ne mogu na miru ni da umru jer na njih nasrću neki tipovi koji bi da im dodele neke nagrade za životna dela, ova i ona...

(Milan Gutović)

\*

Kad neko kaže „**pokajte se**“, mi osjetimo bijes, jer nam taj savjet razbija iluziju da smo savršeni i bezgrešni.

\*

**BIJES NE POTISKUJTE.  
ALI, NE REAGUJTE NA NJEGA !**

(Tibetanska)

\*

Glasonoš loših vesti najčešće su oni koji vole da budu svedoci tuđe patnje i da zadaju nove rane svojom lažnom samilošću.

(Ljiljana Habjanović- Đurović)

\*

**Lijepa riječ nije nimalo skuplja od ružne, a budi dobro,  
ne samo u onome kome se upućuje, već i u onome ko je izgovara.**

(Željko Vuković)

\*

Svako od nas ima svoju mjeru, svoju poslednju stopu – trenutak poslije kojeg više nije isti, da živi kako nikada nije, i da možda postane bolji.

\*

**Ako vam se desi da vas ostave, nemojte roptati, jer  
jednoga dana se ionako moramo rastati od svih !**

\*

Genetika puni pištolj, ali životne navike povlače obarač !

\*

Da nije toliko smotanih i uvrnutih, sve bi se lakše odvijalo !

(Slobodan Dučić)

\*

**Najopasniji su oni za koje čovjek i ne pomišlja da bi trebalo da se od njih brani.**

\*

Strasti koje pune novčanik – prazne srce, a  
one koje pune srce – prazne novčanik.

\*

Ljudi se poznaju po znoju i po zadatoj riječi.

(Arapska)

\*

**Nije dobro zaboraviti dobro.  
Dobro je odmah zaboraviti ono što nije dobro !**

\*

Muškarac je najslabiji kad mu lijepa žena šapuće da je snažan.

(Richard Barton)

\*

**UDAJA je trenutak kada ženska osoba odluči da zamijeni pažnju  
svih muškaraca za nepažnju jednoga.**

(Anonimka)

\*

Poslije pitanja : „Šta ću o tome misliti za deset godina ?“ –  
mnoge stresne situacije gube karakter panike !

\*

Mudrost je u savjetima mnogih.

(Solomon)

\*

Savjeti su nekorisni, jer onaj ko ih traži više je spreman da pravi sopstvene nego tuđe greške.

\*

**Ko rakijom tugu leči, taj ne ozdravlja od tuge, nego umire od rakije.**

(Ivo Andrić)

\*

Svaki zavisnik smatra da može da prestane sa svojim porokom kad god poželi.  
Ali, nikada to ne poželi !

\*

**„Vegetarijanac“ je stara indijanska riječ za „loš lovac“.**

\*

Za svake izbore narod se dobro naoštri, a onda izabere one koji tupe.

(Nebojša Borovina)

\*

**Optička varka je kada neko izgleda inteligentnije zahvaljujući naočarima.**

\*

**Onima koji hoće da se spore sa vama, učinite neko dobro djelo i vi ćete dobiti spor. Krotko i blago djelo je što i voda za požar.**

\*

Misli kao čovjek, a radi kao čovjek koji razmišlja.

\*



**Najlakši način da ti ime dospije u novine jeste da ih čitaš dok prelaziš ulicu.**  
(Grafit)

\*

Svi narodi bivše Jugoslavije su se 70 godina poslije Drugog svetskog rata odredili prema njemu, samo Srbi nisu. Spreman sam da primim sve šibe po svojim leđima, ali nam niko ne može zabraniti da govorimo istinu.

(Radoš Bjić, reditelj)

\*

**Život je jedan znak pitanja koji različito izgleda,  
zavisno da li ga posmatrate iz ptičije ili mišije perspektive.**

(Dušan Kovačević, pisac)

\*

Sistem terora je čudovište koje nikad nije imalo vijek duži od vijeka jednog čovjeka.

\*

Lako je biti prevaren kod toliko prijatelja.

\*

**Bračni krevet je najstarija institucija partnerstva za mir.**

\*

Prava ljubav brani čovjeku da dira tuđe rane, osim ako ih ne misli izliječiti.

(Josip Juraj Štrosmajer)

\*

**Onome koga je nesreća opametila, sreća ne može ništa.**

(M.Žuborski)

\*

Boj se Boga i onoga ko se Boga ne boji !

(Srpska)

\*

Kriza srednje životne dobi je u osnovi kriza smisla života.  
Smisao ima moć iscjeljenja.

(Frankl)

\*

O ženi govore lijepo samo ljudi po krvi hladni i za ženu ravnodušni.

(Jovan Dučić)

\*

Dobro pazi sine, da nikad svoj razum ne žrtvuješ za ljubav jedne žene.

(Kreont u „Antigoni“)

\*

**Kukavica sluša svoje strahove i pokorava im se,  
dok ih hrabra osoba odbacuje i ide dalje.**

\*

MEMOARE obično pišu tri vrste ljudi : pobjednici, žrtve i svjedoci.  
Memoari su posljednji pokušaj da se nadmudre vreme i zaborav i  
da se ostavi povoljna slika o sebi.

(Momo Kapor)

\*

**I u braku je ponekad najbolja pat pozicija. Bolje pat nego rat.**

(Živko Vujić)

\*

Neprijateljima treba neprekidno opraštati, jer je to  
upravo ono što ih najviše ljuti.

(Oskar Vajld)

\*

**Bilo bi dobro kad bi mladost znala šta sve može, a  
starost mogla sve što zna.**

(Burmanska)

\*

Istinski te voli onaj ko se za tebe Bogu u tajnosti moli.

\*

Sve će doći na svoje. Svakog čeka njegova parcela.

(Dragan Ognjanović)

\*

**Okreni, obrni, svaki čovek ima svoju cenu.  
Ja bih voleo da u sebi pronađem toliko morala i unutrašnje suštine,  
pa da mogu da tvrdim da sam – neprocenjiv.**

(Siniša Kovačević, pisac)

\*

Ćutanje je argument koji je teško pobiti.

\*

Da je moj deda imao kondom, ne bi me sada čale zlostavljao !

(Rajko Milin)

\*

**Poštenje je najbolja politika.**

Kada političari budu ulazili u parlament sa  
onakvim mislima i osjećanjima sa kakvima idu u crkvu,  
tada će država biti dobra, a narod zadovoljan.

(Engleska)

\*

Da nema konja, nijedan jahač ne bi stigao do cilja.

(Radoslav Tigler)

\*

**Tek čitanje između redova  
pravi bitnu razliku između pismenih i nepismenih.**

(Rastko Zakić)

\*

I kod izvlačenja šibice, meni uvijek zapadne ona koju je neko već kresnuo.

(Bojan Bogdanović)

\*

Teško onome ko se nađe na istoj strani sa svojim neprijateljima.

(Zoran Kostić)

\*

**Što čovjeka više podmazuješ, on postaje veća rđa !**

\*

Tragedija je kad ispran mozak misli da je bistar.

(Milan Mihajlović)

\*

Porodice postoje da nam slome srce i da nam pomognu  
da se oporavimo od toga.

\*

**Samo od ljudske vrste može da se formira peta kolona.**

(Miloš Đurđev)

\*

**STRAMPUTICA JE PREČICA NA NIZBRDICI.**

(M.Žuborski)

\*

Deca plaču kad izgube ono što samo deca razumeju.

(Dušan Radović)

\*

**Demokratija** je kad jednako reaguješ na nepravdu koja drugog pogađa,  
kao na onu koja pogađa tebe.

(Platon)

\*

**Nije važno koliko sporo ideš, važno je da ne staneš !**

(Konfučije)

\*

Kleveta je kao zmija; ako je ne možeš ubiti prvim udarcem,  
bolje je da je ostaviš na miru.

\*

Kada se sretnu dva čovjeka, jedan dobre volje i drugi zle volje,  
među njihovim dušama odigrava se nevidljivi dvoboj.  
Često obojica odu sa ranama u duši.

\*

**O ukusima gladnih svega,  
ne vrijedi raspravljati.**

(Dejan Tofčević)

\*

GORDOST je precjenjivanje sebe na štetu drugih.  
Pred tim grijehom pada svaka naša vrlina.

(Dr Milorad Jovović)

\*

**Smirenost je najsigurniji čuvar svih naših vrlina.**

\*

Zaštićeni svedoci se brane pevanjem.

(Zoran Nikolić Zozon)

\*

Ma ko bio otac neke bolesti, majka joj je nepravilna ishrana.

(Kineska)

\*

**Uvijek se trudite da vam u prepirkama riječi budu meke, a dokazi jaki.**

(Lav Tolstoj)

\*

**RĐU OD ČOVEKA NIKO NE ŠMIRGLA !**

(Danica Mašić)

\*

Neke istine nisu za neke ljude i neka vremena.

(Volter)

\*

**Samoubica je čovjek koji je sam sebe matirao onog trenutka  
kada se našao u patu.**

\*

Nepošteni mnogo vole da sude poštenima.  
Da poštenje nije za osudu i oni bi ga imali.

(Dragan Šušić)

\*

**Poštuj svakog prema položaju i pusti ga neka se sam posrami,  
ako to zasluži.**

\*

Sa svakom stvari koju si propustio, nešto si dobio.  
Sa svakom stvari koju dobiješ, nešto si izgubio.

(Kant)

\*

**Težak je život književnih kritičara;  
moraju da čitaju i ono što niko ne čita i da pišu ono što niko neće pročitati.**

(Ranko Guzina)

\*

ČESTITOG ČOVJEKA POŠTUJU ČAK I ONI KOJI TO NISU.

(Didro)

\*

**Kad dobar čovjek naslijedi bogatstvo, to je isto kao kad voćka rodi usred sela.**

\*

Ko jednu stvar može da kaže sa dvije, a kaže je sa tri riječi,  
taj nije pošten čovjek !

\*

Najbolji znak istine je jednostavnost i jasnoća;  
laž je uvijek zamršena, nakindžurena i rječita.

(Lav Tolstoj)

\*

Kad imaš sve, ne vidiš ništa; progledaš tek kad nemaš ništa !

(Šekspir)

\*

**Groblja su puna nezamjenjivih ljudi.**

\*

Kad knjiga padne na dva slova, onda ne vrijedi okretati drugi list !

\*

**Prijateljstvo i novac – ulje i voda !**

\*

Ne gnjavite ljude svojim tegobama.  
„Kako ste ?“ je pozdrav, a ne pitanje.

\*

**Ono čime ispunjavamo vrijeme određuje  
koliko će patnje i radosti biti u našem životu.**

(Mladen Marković)

\*

Žene su milosrdne i skrušene samo u nesreći, a  
muškarci darežljivi i milosrdni kada su srećni.

\*

**Žene plaču zbog svega i svačega, a muškarci plaču zbog žena.**

(Sergej Trifunović)

\*

Još nisam vidio leoparda da je promijenio tufne !

\*

**HISTRIONIJA** je prenaplašena želja za pažnjom, priznanjima i divljenjem. Osobe sa ovim poremećajem ponašanja su napadne, egocentrične, sujetne, promjenjivog su raspoloženja, prenaplašenih emocija, u nastupu teatralne, pune poleta i optimizma, radoznale su, zavodljive, podložne sugestijama i vrlo su bogatog društvenog života. U osnovi ovog poremećaja je podsvjesni strah od odbacivanja, jer u djetinjstvu nisu dobijale dovoljno ljubavi, a pažnja i nagrade su im bile uskraćene.

\*

Biti iskreno voljen od nekog, daje nam snagu.  
Nekoga iskreno voljeti, daje nam hrabrost.

(Lao Ce)

\*

Ljubav na prvi pogled – to su ćorava posla !

\*

**Oni koji o ženama uvijek dobro govore, ne poznaju ih dovoljno.  
Oni koji o njima samo loše govore – ne poznaju ih nikako.**

\*

Uspori malo i prepoznaj da je mnogo vrednije ono što imaš od onog za čim juriš !

(Nikolas Kejdž)

\*

**Sve je više žena u politici, bez obzira na pol !**

(Zoran Nikolić Zozon)

\*

Novac ne kvari ljude već samo pokazuje njihov karakter.

\*

**Niko još nije slavljen zbog nečega što je dobio.  
Slava je nagrada za ono što je dao.**

\*

Mali mozak održava ravnotežu.  
Poremećaji se dešavaju u velikom

(Miloš Đurđev).

\*



Ma koliko godina da imate, život je uvijek pred vama !

(Džoan Kolins)

\*

Bez tvog pristanka niko u tebi ne može izazvati osjećaj manje vrijednosti.

\*

Vrlo lako možete otkriti čega se vaš neprijatelj boji ;  
samo posmatrajte načine kojima se služi da bi vas zaplašio.

(Hofer)

\*

**Poplava emocija najprije potopi zdrav razum !**

(Pavle Tončić)

\*

Kad naš strah dotakne nečiju bol, on postaje sažaljenje.  
A kada naša ljubav dotakne nečiju bol, ona postaje saosjećanje.

(Mladen Marković)

\*

**Svoje pravo lice čovjek najbolje pokaže u tri slučaja :  
u bijesu, u bogatstvu i u pijanstvu.**

\*

Dan venčanja je prvi dan u životu kada zvanično izrekneš veliku laž,  
da ćeš nekoga voleti celog života i biti mu veran.

(Ruška Jakić)

\*

**Ima više nevernih muževa nego nevernih žena.  
To znači da na jednu nevenu ženu pada nekoliko nevernih muževa.**

(Dušan Radović)

\*

OHOL čovek svaku priliku da ispadne budala, uvek vešto iskoristi.

(Miroslav Ćosić)

\*

Poštenje je divno za onog ko ga ima, ali je pakao za one oko njega !

\*

Biti stidljiv nije isto što i biti introvertan.

**Introvertna osoba** povučena je i okrenuta svom unutrašnjem svijetu,  
ali ne strahuje od kontakata sa drugim ljudima.

**Stidljiva osoba** je nepovjerljiva, okrenuta sebi, ali ne svom unutrašnjem svijetu,  
već nedostacima koje stalno preispituje i analizira ("šta će drugi reći i pomisliti") i strahu  
od neuspjeha i odbijanja. Najstidljivije su osobe sa nekim fizičkim nedostatkom,  
problemima u motorici ili govoru, kao i one koje su imale traume u djetinjstvu,  
stroge roditelje ili su bile često kritikovane ili kažnjavane.

Stidljivost se najlakše prevazilazi prihvatanjem stida i razmišljanjem o njemu  
kao o neprijatnoj, ali ne i parališućoj emociji.

Mnogi slavni glumci su u privatnom životu bili vrlo stidljivi.

\*

**Najbolje što vila može nekom djetetu da stavi u kolijevku jesu teškoće  
koje treba da budu savladane.**

(Adler)

\*

OBMANA nije grijeh samo u slučaju da čovjek spašava svoj ili tuđi život.  
U drugim situacijama je grijeh.

\*

**OPROSTITI ne znači samo ne osvetiti se,  
nego pokriti ćutanjem i zaboravom grijeh brata svog.**

\*

Ništa nije strašnije ni teže nego gledati svijet oko sebe očima bivše ljepotice.

(Ivo Andrić)

\*

**Čuvaj se sine, evropskih žena !  
Kod njih je devojaštvo prljavo, a materinstvo jalovo.**

(Vladika Nikolaj Velimirović)

\*

Svi hoće da idu na nebo, a niko neće da umre !?

\*

**Izdrži kao čovek i dobro i zlo, jer i jedno i drugo je prolazno.**

(Mira Banjac)

\*

Onaj koji prelazi preko svega – ide dalje.

\*

Ne vjeruj prijatelju za trpezom, nego na vratima od tamnice !

\*

**Živi sa ljudima kao da te sam Bog gleda, a  
Bogu se obraćaj kao da te ljudi slušaju.**

\*

Stvarnost je nevidljiva; nju djelimično naziru samo špijuni.

\*

U ratu se zli duhovi i špijuni udvostruče i samo oni ostaju sa ženama u gradu,  
dok su muškarci i anđeli u rovovima.

(Isidora Bjelica)

\*

**AGRESIVNOST je posljednje sredstvo čovjeka koji nije u pravu.**

\*

Čovjek potroši polovinu života da bi bio tražen, a  
drugu polovinu da ponovo stekne privilegiju samoće.

\*

**KOME JE CILJ BLIZU, TAJ NEĆE DALEKO STIĆI.**

\*

Život se ne mjeri brojem udisaja koje napravimo,  
nego brojem trenutaka koji nam oduzimaju dah.

\*

**Rad nas oslobađa od tri velika zla : dosade, poroka i oskudice.**

(Volter)

\*

Pametniji, dosta popuštanja !  
Neka se i oni drugi opamete.

(Petronije Manojlović)

\*

DISLEKSIJA je poremećaj u dječijem uzrastu, a koji se odnosi na otežano savladavanje čitanja. Manifestuje se premještanjem redoslijeda slova u riječima, izostavljanjem ili dodavanjem slova, zastajkivanjem pri čitanju, ponavljanju prvog slova, sjeckanjem višesložnih riječi na slogove, čitanjem riječ po riječ, nepravilnim disanjem prilikom čitanja i nerazumijevanjem onoga šta je pročitano.

DISGRAFIJA je poremećaj u savladavanju vještine pisanja prema pravopisnim pravilima i sastoji se u tome da dijete ne pravi razmak između slova, okreće slova na suprotnu stranu, miješa slova i neuredno ih ispisuje na papiru. Ovaj poremećaj je češći kod dječaka.

Djecu sa ovim poremećajima nikada nemojte da kažnjavate ako izbjegavaju čitanje i pisanje, ne požurujte ih, ne gubite strpljenje, a sve što dobro urade pohvalite i nagradite.

Terapija se sprovodi u saradnji sa psihologom i logopedom, roditeljima i školom.

\*

**Vrata iza kojih je dobro teško je otvoriti, a iza kojih je zlo teško je zatvoriti.**

\*

Jedna studija Univerziteta u Čikagu, kojom je obuhvaćeno 1.500 stogodišnjaka, rođenih između 1880. i 1895.godine, pokazala je da su ljudi rođeni između septembra i novembra dugovječniji od onih koji su rođeni u ostalim periodima godine..

\*

Pravi prijatelj je čovjek koji te voli, čak iako te poznaje u dušu.

\*

Bog prilazi bezazlenima, javlja se smirenima, prosvjetljuje i urazumljuje proste, a skriva svoju milost od radoznalih i oholih.

Sotona ne kuša nevjernike i grešnike koji su već njegovi, nego napada i na različite načine muči vjerne i pobožne duše.

(Toma Kempijski)

\*

**Veseloj večeri žalosno jutro svanuje.**

\*

Postoji samo jedan kutak vasiona koji možete sigurno popraviti - to ste vi sami.

(O.Hakli)

\*

**Ne poželi išta što pripada bližnjem tvom.  
Jer, čim si poželeo, već si posejao seme zla u srcu. Jer, telo je izvršni organ duše. Ono što duša hoće, telo mora; ono što duša neće, telo ne mora.**

(Vladika Nikolaj Velimirović)

\*

**Lakše je biti junak nego čovjek.**

(Narodna)

\*

Jedi sine, da porasteš, pa ćeš i ti jednog dana biti manji od makovog zrna.

(Jasmina Bukva)

\*

**Tikva ? To je politički duvački instrument !**

(Ivana Srečković)

\*

**GLUPOST MANJA VEĆOJ SE KLANJA !**

\*

**Pravda postoji samo među jednakima.**

\*

Optimista je čovjek koga život nikako da nauči pameti.

(Mikan Milovanović)

\*

Život je dar prirode; lijep život je dar mudrosti.

\*

**Ljudi primaju čovjeka prema odjeći koju nosi, a  
ispraćaju ga prema duhu koji je pokazao.**

(Šekspir)

\*

U ime jednakosti, pticama su amputirana krila.  
Tako su gmizavci dosegli neslućene visine.

(Dragan Bunardžoć)

\*

**Poltron se ne divi Suncu, već suncokretu !**

(Ranko Guzina)

\*

Ko se poziva na činjenice, ne poziva se na ručak !

(M.Žuborski)

\*

**Rođen sam na carski rez, a živim kao prosjak !?**

(Aleksandar Matijašević)

\*

Savjest je kao hiljadu svjedoka.

\*

Ko zna gdje ide, mora da pazi gdje staje.

\*

**Najteža stvar u životu je znati koji most treba preći, a koji spaliti.**

((D.Rasel)

\*

Bolesti potiču iz kraljevstva prirode, a  
ozdravljenje dolazi iz kraljevstva duha.

(Paracelsus)

\*

Čovjek je biće kojem može i sam Bog da se obraduje, ali i đavo da ga se postidi.

(Patrijarh Pavle)

\*

**Bio je to klasičan promašaj – pogodio sam centar moći.**

(Rastko Zakić)

\*

BORCI ZA PRAVDU NE MOGU DA ŽIVE BEZ NEPRAVDE.

(Dragan Aleksić)

\*

Nema zdravih, ima samo nepregledanih.

(Dr Šank)

\*

Jedni su za sve spremni. Drugi – spremni na sve !

(Slobodan Živanović)

\*

**Budala ima veliku prednost pred pametnim čovjekom;  
uvijek je zadovoljna samim sobom.**

(Napoleon)

\*

Sve živo se dijeli na tri vrste : na neprijatelje, na konkurenciju i na plijen.

(Karel Čapek)

\*

ISTORIJA JE ONO ŠTO JE ZAPISANO, A POVIJEST JE ONO ŠTO SE DOGODILO.

\*

**Čovjek je kao brod. Čim počne da tone, svi ga napuštaju.**

\*

Iskren čovjek je laka meta svakog zla

\*

Ja sam patriota amater. Ja otadžbinu volim za džabe.

(Milovan Vršina)

\*

**Najgore je kad mućak traži dlaku u jajetu !**

(Srpska)

\*

Računali smo na razum i pali iz računa.

\*

Ljudi koji umiru bogati – umiru osramoćeni.

\*

Kad isčezne vjera među srođnicima, oni postaju tuđini.

\*

**Znam da ne čitate romane. Zbog vas i pišem aforizme.**

(Milan Simić)

\*

Ako mi potkrešeš krila, uzjahaću metlu !

(Grafit)

\*

**Lav je najupadljiviji kad je okružen – majmunima.**

(Mikan Milovanović)

\*

U životu jednom dođe tužan trenutak kad shvatiš da mlade nemaš  
više čemu da naučiš, osim greškama.

\*



**Neko se uči na greškama, a neko na grešnicama.**

(Miladin Berić)

\*

Ko daleko ode u šetnju sa đavolom, teško se vraća na pravi put.

\*

**Ne miješaj se u posao onome ko ne zna šta radi !**

(M.Žuborski)

\*

Gladni istine nikada ne umiru siti.

(Mića Tumarić)

\*

**Sila je oduvijek privlačila ljude niskog morala.**

(Mahatma Gandhi)

\*

STRAH je naša najveća prepreka i uvijek je vezan za prošlost ili budućnost, nikada za sadašnjost. Koliko smo se samo brinuli za stvari koje nam se nisu nikada desile !

\*

**Istina liječi i kada je gorka, a laž ubija i kada je slatka.**

(Vuk Drašković)

\*

Pravda ponekad spava, ali nikada ne umire.

(Emerson)

\*

Strah je ljudska emocija, a kukavičluk moralna kategorija.

\*

**Najveći je onaj koji neprijatelja savlada bez borbe.**

(Kineska)

\*

Ako sreća nije umjerena, ruši se sama od sebe.

(Seneka)

\*

**U bogatstvu se ljudsko srce stvrdne brže nego jaje u kipućoj vodi.**

\*

Mržnja slabića nije tako opasna kao što je njihovo prijateljstvo.

\*

**Da bi vas ljudi ostavili na miru,  
važnije je da skrivate svoje vrijednosti nego svoje mane.**

(Tomas Karljajl)

\*

U mladosti treba ljubiti, u zrelosti pisati knjige, a u starosti,  
najzad govoriti istinu.

(Monterlan)

\*

Na ljestve života čovjek se ne može popeti sa rukama u džepovima !

\*

**ISTINA IZBIJE NA VIDJELO I KAD JE NIKO NE TRAŽI.**

\*

Zašto me mrziš kada ti nisam nikada pomogao ?

(Francuska)

\*

**Plemenit čovjek je miran i velikodušan.  
Prostak je uvijek uzbuđen.**

(Konfučije)

\*

Više mi nijedna Božija zapovest nije sveta.  
Gospode, da li sam to ja dostigao vrhunac političke karijere ?

(Dragan Rajičić)

\*

**Prevođenju žednih preko vode najviše su kumovali mostovi bratstva i jedinstva.**

(N.Blažić)

\*

Da se naučiš dobru, potrebne su tri godine.  
Da se naučiš zlu, dovoljno je jedno jutro.

\*

Vi vrijedite samo onoliko koliko ste drugima potrebni.

\*

**Glupost je starija od pameti.  
Da prvi čovjek nije bio glup, drugi se ne bi ni pojavio.**

(Matija Bečković)

\*

Ako želite da vidite pakao na zemlji, naći ćete ga u srcu melanholičnog čovjeka.

\*

**Sve što steknemo borbom, borbom moramo i da branimo.  
Nemirom stečeno, nemirom se i brani !**

(Mladen Marković)

\*

Ko laže za tebe, lagaće i protiv tebe.

\*

Nema toga ko bi Radio-Milevi mogao oduzeti frekvenciju !

(Miloš Đurđev)

\*

**Đavola je najbolje tući sa strpljenjem, jer ga on uopšte nema.**

(Karl Gustav Jung)

\*

Treba se čuvati ribara koji se svakodnevno vraća prazne mreže !

\*

**Umro je radeći. Nije htio živ u penziju !**

\*

Naš ispravan život je ukor na savjest onih koji žive nemoralno.

\*

Moćan je onaj ko veruje svojim saradnicima, poštuje različitost mišljenja i nikom ne oprašta izdajstvo i lošu etiku.

(Mira Adanja - Polak)

\*

Kad dobiješ jabuku ti je odmah podijeli na pola, pa jednu polovinu daj onome ko ti je s desne, a drugu onome ko ti je sa lijeve strane.  
I ne brini što tebi nije ostalo ništa.  
Biće jabuka, ali neće biti onih sa tvoje desne i lijeve strane.

\*

**Ljutnja je skrivena želja za nečijom smrću.**

(S.N.Lazarev)

\*

Veliki praznici i svečani dani mogu da pokažu koliko su nam daleki i oni koje smatramo najbližim.

(Ivo Andrić)

\*

**Lukava pobjeda : naše izbjeglice osvojiše svijet !**

\*

Ako je ljubav nekada postojala, onda u duši treba da ostane radost susreta, a ne gorčina rastanka.

\*

**Nemojte se unaprijed plašiti smrti u mukama.  
Možda će se umiješati srce i trenutno riješiti problem.**

(Dragan Šušić)

\*

O, kako će biti spokojan na samrtnom času onaj koga ništa ne vezuje ni za kakvu stvar na Zemlji.

\*

Budi dostojan ljubavi ako želiš da budeš voljen.

(Gete)

\*

**Tvoj talenat je dar od Boga tebi, a šta ćeš da uradiš s njim je tvoj dar Bogu.**

\*

Ako ne možete pravo, idite bar uspravno !

\*

Cijena koju dobri ljudi plaćaju za to što ne učestvuju u javnim zbivanjima je to da njima vladaju pokvareni ljudi.

(Platon)

\*

Put bez prepreka ne vodi nikuda !

\*

Dobre tarabe čine dobre komšije.

(Engleska)

\*

Čuvaj se žurbe, jer ona uvijek vodi do kajanja.  
Ko žuri, govori prije nego što nešto sazna, odgovara prije nego što nešto shvati,  
odlučuje prije nego li nešto provjeri, a kudi prije nego što se u nešto uvjeri.

\*

**Čovjek pun duha i u potpunoj samoći, izvanredno se zabavlja svojim mislima.**

\*

Kad je neko glup, ne možete mu ni to dokazati !

\*

Perite noge ! To je prvi uslov za dobre međuljudske odnose.

\*

Ka sreći se ide filozofijom, a ka savršenstvu teologijom.  
(Dante)

\*

Griješiti je ljudski, ali za potpuni kaos potreban je kompjuter.

\*

Svi smo mi žrtve svoje branše.  
Niko ne voli one koji odudaraju u svojoj sredini.  
(Mila Arežina)

\*

**Centralno mjesto nije u sredini !**

\*

Pametnom se pokloni, a budali se skloni !

\*

Lopovi ne krađu bogu dane.

\*

Mito kod nas naziva se mazivo, plavi koverat narukvica, a  
primalac mita mitoman i primarijus !  
(Jovan Ćirilov)

\*

Jedan lekar se ljuti na štampu :  
Pa i vama novinarima umiru čitaoci, pa o tome ne pišete !  
(Ranko Guzina)

\*

**Pobjeda zaglupljuje, na porazima se uči.**  
(Ginter Gras)

\*

ČISTIMA, SVE JE ČISTO, NEČISTIMA - SVE JE NEČISTO.  
(Vladika Grigorije)

\*

**Hrabri ljudi se plaše prije i poslije, a nikada u vrijeme !**

\*

Ljubav, znanje, pravednost, odanost.

(Konfučije)

\*

Dok je našla što je tražila, izgubila je što je imala.

\*

Brak iz računa je zajednica ljudi koji nikada ne mogu računati jedno na drugo.

\*

- Bolje bi mi bilo da sam se udala za crnog đavola ! – kaže ljutito žena.  
- Nemoguće draga, brak između bliskih srodnika je zabranjen.

\*

Kažite nekoj ženi jedanput da je lijepa, đavo će joj to ponoviti još deset puta.

\*

Starost je neizbježna, ali senilnost je neoprostiva.

(Kineska)

\*

Čvoruga na glavi je spomenik izdvojenom mišljenju.

\*

**Ako si pametan, a čutiš, to ti je glupo; a ako si glup pa čutiš, e to ti je pametno.**

\*

Karijeristi nemaju prijatelje. Oni imaju svoje ljude !

\*

**Dezerteri su rat riješili – mirnim putem.**

\*

Pametan uči dok je živ, budala sve zna još od rođenja.

\*

**Kad se previše raduješ, otiđi malo do groblja.  
Kad previše tuguješ, opet otiđi do groblja.**

\*

Kad izgleda da iz neke situacije nema izlaza, ima ih bar četiri.

\*

Kad pohlepa uđe na jedna vrata, sreća izađe na druga.

\*

**Samo pošteno stečen novac ima vrijednost.**

\*

Nesreće po svojoj prirodi imaju tendenciju da stvari iznose na vidjelo.

\*

**Rasuđivanje je kad od dva zla biraš manje, a od dva dobra veće.**

\*

Najvažnije je umeće razlikovanja važnog od nevažnog.

Tu je granica između bolesti i zdravlja.

Ja sam to pobrkao. Sada me leče.

(Dušan Radović)

\*

**Neki i u poplavama vide šansu da postanu admirali !**

\*

Niko nije iznenada postao potpuno pokvaren.

\*

**Ne hvataj se u kolo iz koga će da te iznesu !**

\*

Ljubi istinu, ali praštaj zabludu.

\*

JEDNO DJELO JE POTPUNO SAMO ONDA KADA POSTIGNE CILJ.

\*

**Ko zna da čeka, dvostruko se raduje.**



Kada dođe kraj, čovek shvati da ništa nije vredno sem toga,  
ko je kakav bio.

(Patrijarh SPC Pavle)

\*

### **ČINI DOBRO I DOBRU SE NADAJ !**

Čovjek je nerazuman, nelogičan i sebičan.

- *Nije važno, voli ga !*

Ako činiš dobro, pripisaće to Tvojim sebičnim ciljevima.

- *Nije važno, čini dobro !*

Ako ostvariš svoje ciljeve, naćićeš lažne prijatelje i iskrene neprijatelje.

- *Nije važno, ostvaruj svoje ciljeve !*

Dobro koje činiš, sutra će biti zaboravljeno.

- *Nije važno, čini dobro !*

Poštenje i iskrenost učiniće Te ranjivim.

- *Nije važno, budi pošten i iskren !*

Ono što si godinama stvarao u času bi moglo biti razrušeno.

- *Nije važno, stvaraj !*

Ako pomažeš ljudima možeš loše proći.

- *Nije važno, pomaži ljudima !*

Daješ svijetu sve od sebe, a on će Ti uzvratiti udarcima.

- *Nije važno, daj sve najbolje od sebe !*

**Prepis sa zida Dječijeg doma u Sishu Bhvani (Indija)**

