

S V A Š T A R A - 8.

Po izboru Svetozara M. Jovanovića

2013. / 2014.

Budala pamti, a pametan piše memoare!

(Bojan Bogdanović)

*

Na papiru zapišite sve svoje probleme, negativne misli i osjećanja, a zatim papir zgužvajte, bacite u smeće, a smeće u kontejner.
U 50% slučajeva počećete da razmišljate pozitivno!

*

Za brak je potrebno dvoje. Za sreću još manje!

(Ekrem Macić)

*

Zalutali metak može da oduzme život, ali i da ga stvori.

*

Mame, rađajte deci sestre. Jer sestre postaju tetke, a tetke su najlepši, nezamenljivi dar svakom detinjstvu.
Tetke grle i vole kao majke, čuvaju tajne kao sestre,
savetuju kao prijateljice, sve dopuštaju kao bake.

(Dušan Radović)

*

SENTIMENTALNI studenti koriste mastilo plave boje,
KOLERIČNI ljubičasto, URAVNOTEŽENI crno, a
SVAĐALICE crveno !

*

Sahrana sa prekoricom je kada se umire tajno i
sahranjuje tajno, bez popa i svijeća.

*

Među nulama vlada najveća jednakost.

(Miljenko Žuborski)

*

CINIZAM JE DUHOVITOST KOJA JE PROKISLA.

(Žarko Petan)

*

**Sve je više starih i usamljenih ljudi koji se ozare čak i
kad im telefon zazvoni.**

Nema veze što je neko pogrešio broj.

(Ranko Guzina)

*

- U posljednjem ratu (1992-1995) bilo je oko 31.000.- srpskih žrtava.
- Od svih tih žrtava 27% bili su vojnici i policajci.
- 85% srpskih žrtava ubijeno je u svojim mjestima, a samo 15% van svoje teritorije (u zasjedama, logorima i dr.)
- Najmanje srpskih žrtava je bilo u napadima na muslimanska sela.
- 80% srpskih žrtava oko Srebrenice likvidirano je hladnim oružjem, dok među muslimanima takvih žrtava nema.
- 34% muslimana stradalo je od gelera.
- U Sarajevu je ubijeno > 8.400.- Srba.
- Od 348.- naselja koja čine teritoriju Sarajeva, 106.- su bila čisto srpska, a 56.- muslimanska.
- 1900 srpskih naselja je napadano i etnički očišćeno.
- Ironija je da se srpsko civilno groblje u Bratuncu naziva vojničkim, a muslimansko vojničko groblje u Potočarima (Srebrenica) – civilnim.

(Milivoje Ivanišević, Institut za istraživanje srpskih stradanja u 20.vijeku)

*

Džamije su naše kasarne, kubeta naši šljemovi, minareta naši bajoneti, a
vjernici naši vojnici.

(Redžep Tajip Erdogan)

*

Niko ne vreba priliku za poštenje.

(M.Žuborski)

*

Što se više udaljavate od sebe, lakši ste pljen.

(Mihajlo Vučić)

*

Narodni lijekovi za eliminaciju bubrežnih i žučnih kamenaca :

- Uzeti 3 zrna bijelog tamjana i kuvati na tihoj vatri u 100 ml. vode dok ne uvri na polovinu količine vode. Ovaj uvarak piti na slamčicu (da se ne ošteti zubna gleđ !) tri jutra zaredom, nakon čega treba pojesti po jedan limun.
U roku od nekoliko dana bubrežni kamenac može biti eliminisan.
- Ako se dva puta dnevno tokom pet dana zaredom pojede po zrnu tamjana omotano sredinom hljeba (da ne ošteti zubnu gleđ), a svakog drugog dana popije po 1 supena kašika maslinovog ulja, to može „otopiti“ žučne i bubrežne kamence.

*

MORAŠ ZNATI ZATVORITI JEDNO OKO PRIJE NEGO ŠTO TI SE ZATVORE OBA.

(Film)

*

BOJE DANA U NEDJELJI

Ponedjeljak – srebrno/bijela – Dan Mjeseca : Dobar je je govorne nastupe i odnose u porodici, ali toga dana ne bi trebalo započinjati ništa važno.

Utorak – crvena – Dan Marsa. Tog dana smo energični, aktivni i borbeni. Dobar je za biznis, dogovore i poslovne sastanke.

Srijeda – zelena – Dan Merkura. Dan je dobar za učenje, kratka putovanja, druženja i zabavu.

Četvrtak – žuta – Dan Jupitera je pogodan za planiranje, ugovaranje, vjenčanja i gurmanluke.

Petak – ružičasta – Dan Venere treba posvetiti partneru, jer je odličan za ljubav, relaksaciju i kupovinu.

Subota – crna – Dan Saturna, dan izazova, mudrosti, rješavanja problema, pomaganja drugima, ali nije pogodan za zabave.

Nedjelja – zlatno/žuta – Dan Sunca je dan za odmor i trenutke koji se pamte.

*

Pametnom savet ne treba, a budali ne vredi.

(M.Žuborski)

*

TRBUŠNI PLES (ar. **raks šanki**)

Bedlah je kostim trbušne plesačice.

Trbušni ples stimuliše hara tačku, koja se nalazi u projekciji tankog crijeva i materice, a to utiče na vitalnost i seksualnost. Ukrasi (nakit) oko skočnog zgloba stimulišu tačke jetre, slezine, bubrega i polnih organa, a nakit na čelu šestu čakru („treće oko“), radi harmonizacije svih drugih čakri.

ŠEJKA je žena plesačica koja podučava mlade (nevine) nevjeste o pokretima bokovima, grudima i trbuhom tokom svadbe u dijelu ceremonije namijenjene isključivo ženama.

KOŠECI (kočeci) su mladići i dječaci odjeveni u žensku odjeću koji javno izvode tradicionalno ženski ples, pošto je ženama zabranjeno da ga izvode javno.

*

ŠEĆER u svakom obliku uništava elastin i kolagen kože i
ubrzava njenostarenje i boranje.

Izbjegavanjem konzumacije šećera već poslije desetak dana koža se zateže !

(Dr Frederik Brant)

*

Ako vas novac opseda, ako patite zbog toga što niste bogati,
izračunajte sami : koliko miliona dolara vredi samo jedno vaše oko !
Sram vas bilo. Strašno ste glupi i nezahvalni !

(Dušan Radović)

*

Alternativno liječenje kamena u žučnoj kesi :

Uzeti čitavu žučnu kesu (sa sadržajem žuči) mladog praseta težine do 20 kg,
i isprazniti je u 1 litar rakije i ostaviti da stoji 15 dana.

Poslije toga svako jutro piti po 0,3 dl ovako pripremljenog lijeka,
dva sata prije jela, u trajanju od 41 dan i -
kamen će nestati.

*

Za prirodno liječenje anemija:
ujutru uzimati po jednu izrendanu jabuku pomiješanu sa
1 kafenom kašikom meda.

*

U svakom čovjeku gledaj čovjeka,
jer to nalaže opreznost.

(Zoran Rankić)

*

Kako sam nekad skakao iz kreveta ! – kaže penzioner Pera.
A sad moje buđenje više liči na reanimaciju.

(Ranko Guzina)

*

Dr Džek Berdi iz Njujorka reklamira **POKERTOKS**, terapiju botoksom, specijalno namijenjenu za igrače pokera. Pokertoks im omogućava da tokom igre pokera sakriju svoje nesvesne signale i tako ne odaju da li su dobili dobru ili lošu kartu !

*

Za vrijeme lošeg vremena (kiša, snijeg, vjetar) ljudi su manje raspoloženi i češće telefoniraju bliskim osobama, vode duge razgovore i više provode na internetu i društvenim mrežama.

(Portugalsko istraživanje)

*

MIRIS SVJEŽEG HLJEBA aktivira kod većine ljudi pozitivno raspoloženje koje vodi altruizmu, brizi za druge i čini da bivamo ljubazniji prema strancima.

*

Navike koje „uništavaju“ mozak :

- preskakanje doručka
- preobilni obroci
- rad ili učenje dok ste bolesni
- pokrivanje preko glave tokom sna
- pričanje „praznih“ priča
- pretjerano čutanje
- manjak sna
- pušenje duvana

*

„Moj ideal nije da se obogatim, niti da budem srećan, već da radim, djelujem, stvaram, da učinim nešto dostoјno časnog i jakog čovjeka.“

Dr Georgios Papanikolau (1883-1962),
dva puta je nominovan za Nobelovu nagradu, ali je nije dobio.

*

Ideologija, bez obzira kakvo joj je ime, na kraju samelje čoveka, pogotovo ako je on u svom verovanju iskren, posvećen i nekoristoljubiv.

(Srđan Dragojević, reditelj)

*

Kad isteraš pravdu i tebe isteraju.

(Milorad Bibin)

*

GMO (genetski modifikovani organizmi) nastaju u laboratorijama kada se nasilno „genetskim pištoljem“ miješaju geni jedne vrste sa genima druge, sasvim različite vrste, npr. paradajza i ribe !

HIBRIDI nastaju odabiranjem roditelja unutar iste vrste, npr ukrštanjem dva različita tipa paradajza.

*

Ramiza Idrizović iz Bijelog Polja registrovala je biljni preparat napravljen od 27 vrsta biljaka **ONOLAM**, koji pojačava imunitet i pomaže kod multiple skleroze, raka i dr. bolesti.

*

Nova sintetička droga američkih vojnika zvana „**so za kupanje**“ izaziva demonske halucinacije, bijes, ljutnju, nasilnost, nepredvidivost, psihozu i otkazivanje rada bubrega.

Zbog gubitaka od po jednog vojnika dnevno izazvanog suicidom, vojni ljekari primjenjuju **sprej za nos sa tireotropinom**, koji daje euforičan, smirujući i antidepresivni efekat, a što bi trebalo da smanji suicidne ideje, depresiju i posljedice bipolarnog poremećaja kod vojnika.

*

**Nemojte mi stalno pričati o tome – šta ste sve zaslužili a niste dobili,
jer će vam ja lako pronaći – šta ste sve dobili a niste zaslužili !**

(Dušan Radović)

*

Ako uđeš u EU i nađeš se u krizi, više ne možeš da stampaš svoj novac.
SAD to i dalje mogu.

Definicija države podrazumijeva da se ima emisiona moć.
Ulazak u EU je politička odluka i svaki narod je mora za sebe donijeti !

(Patrik Beson, pisac)

*

Profil manipulatora :

Iza naizgled bezazlenog ponašanja kojim zadovoljava isključivo svoje želje i interesu radi se o nesposobnosti manipulatora za doživljavanje dubljih emocija, o narcisoidnosti i drugim socijalnim poremećajima, a manifestuju se :

- prebacivanjem krivice za sve na druge
- nedostatkom odgovornosti za sopstvene postupke
- davanjem lažnih obećanja
- otvorenom ili prikrivenom ucjenom
- fizičkim prijetnjama, vrijeđanjem i uzneniravanjem „žrtve“
- prijetnjama samopovrijeđivanjem
- stvaranjem neprikladnih situacija da „žrtvu“ osramote
- pretjeranom željom i zahtijevima za pažnjom javnosti

„Žrtve“, osobe podložne manipulaciji imaju zavisni poremećaj ličnosti (zavisne osobe) i sklone su osjećaju krivice, inferiornosti, udovoljavanju drugima jer jednostavno ne znaju rači „ne“ i ne mogu da zamisle život bez - manipulatora.

U partnerskim vezama **antisocijalni/zavisni** žene su često psihofizički zlostavljana strana. Pošto se manipulatori neće i ne mogu nikada promijeniti, iz takvog odnosa treba pobjeći „glavom bez obzira“ !

(Sanja Marjanović, psiholog)

*

Čim laž prestane da deluje, istina počne da боли.

(Bratislav Kostadinov)

*

Šta će Crnogorcima srpski jezik kad imaju isti takav !

(Milivoje Radovanović)

*

Muškarce uvijek jače pogađaju prehlade, jer reaguju većim skokom tjelesne temperature nego žene. Razlog za to je veći broj receptora za temperaturu u mozgu, nastalih pod uticajem muških polnih hormona.

Inače, povišena temperatura je odbrambeni mehanizam organizma koji onemogućava virusima da se razmnožavaju.

(Dr Amanda Elison, Univ.Duram)

*

HEROFOBIJA je psihički poremećaj, strah od sreće, odnosno strah da će se poslije sreće dogoditi nešto neprijatno.

*

38% ljudi raskide ljubavne veze obavi putem SMS poruke !

*

Kako „proširiti“ tjesne cipele ?

- Uzeti alkohol i vodu u omjeru 50:50, naprskati unutrašnjost cipela, navući debele čarape i nove (tjesne) cipele i šetati po stanu 30 minuta.
- Zagrijati fenom tjesne cipele u trajanju od 1 minuta, navući debele čarape i „zagrijane“ cipele i šetati po stanu, dok se ne ohlade.
- Kesu za zamrzavanje napuniti vodom, zavezati i staviti u nove (tjesne) cipele, a onda ih ostaviti u zamrzivaču. Zaleđena voda će cipele proširiti.
- Oguliti krompir, staviti ga u tjesnu cipelu i ostaviti ga preko noći !

*

Kada pričamo sami sa sobom to jača nervne ćelije i čini da smo bolje koncentrisani i fokusirani na temu.

*

FLOU je mentalno stanje u kome je osoba potpuno fokusirana na aktivnost koju obavlja. Novak Đoković je primjer gdje se kao u jednu spajaju obje moždane hemisfere, i duh i dah, što govori da bez pravilnog disanja nema ni pravih rezultata.

(Željko Aničić, instruktor tai-ćia i relaksacije)

*

Trenutno su dvoglavi beli orlovi najugroženija ptičja vrsta.

(Ranko Guzina)

*

PET KNJIGA KOJE SU POBILI MILIONE LJUDI

1. **MALLEUS MALEFICARUM** (Malj vještice)

Autori: Hajnrih kramer i Jakob Springer

Objavljena je 1486.g. u Njemačkoj i važila je kao „priručnik“ za lov na vještice i inkvizicijske sudove.

2. **VLADALAC**

Autor: Nikolo Makijaveli

Objavljena je 1532.g. i govori o tome da vladar mora da bude bez skrupula, iznad svih emocija i da „svaki cilj opravdava sredstvo“. „Makijavelizam“ je bio inspiracija nekim diktatorima pa je npr. za vrijeme Staljina ubijeno oko 20 miliona ljudi zbog ideoloških razlika, Mao Cedunga 15-43 miliona, Pol Pota oko 3 miliona...

3. **MANIFEST KOMUNISTIČKE PARTIJE**

Autori: Karl Marks i Fridrih Engels

Objavljena je 1848.g. i zagovara idealno društvo jednakosti i promoviše ideje koje zvuče prihvatljivo i životno. Iznjedrila je najbrutalnije režime sa puno bijede, patnje i smrti.

4. **PROTOKOL SIONSKIH MUDRACA**

Autor je nepoznat, ali se smatra da je u pitanju plagijat političke satire iz 1864.g. autorke Moris Zoli, objavljene u Belgiji pod naslovom „Dijalog Makijavelija i Monteskjea u paklu“.

Objavljena je 1903.g. i govori o tajnim planovima Jevreja i težnji za dominacijom u cijelom svijetu. Rezultat je bio HOLOKAUST.

5. **MEIN KAMPF** (Moja borba)

Autor: Adolf Hitler

Objavljena je 1925.g. i govori o superiornosti njemačke arijevske rase nad svim drugima u svijetu, posebno Jevrejima. Inspiracija potiče iz knjige „Većina – studija uma naroda“ Gistava Le Bona iz 1895.g.

(Treće oko)

*

Ne možeš pobjeći od samoga sebe tako što ćeš se stalno seliti iz mjesta u mjesto.

(Ernest Hemingvej „Sunce se ponovo rađa“)

*

POČETNO SLOVO IMENA I KARAKTER

A	Vrijedan, požrtvovan, egocentričan, željan komfora
B	Talentovan, emotivan, fatalan, naporan, voli putovanja
V	Voli jako i strasno za cio život
G	Pedantan, uredan, čist, voli sigurnost
D, Đ	Jak, lako dobija što želi, voli mir i slobodu
E	Temeljit, promišljen, uspješan u poslu i u kontaktima sa ljudima
Ž	Vrijedan, praktičan, zatvoren, voli iznenađenja
Z	Odgovoran, intuitivan, često zlovoljan, pomaže drugima i očekuje zahvalnost
I	Voli iskreno i sveki problem rješava kreativno
J	Dominantan, sposoban, upečatljiv, vječito dijete
K	Misteriozan i nedokučiv
L, Lj	Svojeglav i težak za komunikaciju, ugađa sebi
M	Stidljiv, nemaran, voli prirodu
N, Nj	Britkog uma, buntovan, kritičan prema sebi i drugima, ne voli rutinu
O	Perfekcionista, odan porodici, željan divljenja
P	Živi punim plućima, priželjuje velika dostignuća i mnogo ljudi oko sebe
R	Hrabar, odvažan, tvrdoglav, samouvjereni teži ka cilju
S	Ambiciozan i nepokolebljiv, cijeni materijalno, nesiguran u svoja osjećanja
T	Kreativan, intuitivan, principijelan, voli egzotiku
Ć	Samokritičan, požrtvovan, poštuje pravila, često melanholičan
U	Velikodušan, avanturista, lukav
F	Odgovoran, osjećajan, pamti dobra djela i nikoga ne izdaje
H	Vedar, snalažljiv, egocentričan
C	Nježan, otvoren, sa „jezikom bržim od pameti“
Č	Dostojanstven, obrazovan, smiren, pedantan
Dž	Tvrdoglav i kategoričan, „na svoju ruku“
Š	Skroman, duhovit

- Ime i prezime treba da se slažu, tečno izgovaraju i čine cjelinu.
- Djecu treba zvati punim imenom a ne skraćenim ili nadimcima.
- Djevojčicama ne davati muška imena jer će im to otežavati životni put.
- Imena data po umrlim precima imenjacima otežavaju sudbinu.
- Najgora varijanta je neobično, nestandardno ime koje otežava učenje i koncentraciju.
- Ime i strano prezime u kombinaciji izazivaju potsmjeh okoline.

*

Djeca rođena zimi su talentovana i tvrdoglava, beskompromisna, nezgodna i svadljiva, pa u odrasлом добу могу постати добри руководици и егзактни науčници. Karakter им се може ублажити давањем blažeg imena.

Rođeni u proljeće su nadareni, intelligentni, sebični i često neodlučni.

„**Ljetna**“ **djeca** su impulsivna, osjećajna, dobrodušna i odvažna, usmjerena na umjetnost i društvene nauke.

Djeca rođena u jesen su mudra, intelligentna, promišljena, snalažljiva, pedantna, marljiva, posvećena i uravnotežena. Odgovaraju им sva imena ако se slažu sa prezimenom.

Čak i uspijeh u bračnom životu može da zavisi od imena supružnika !

*

**U našem braku ništa nije štimalo.
A onda se pojavio štimer-majstor...**

(Rade Đergović)

*

Najveći neprijatelji braka su :

- kritikovanje supružnika
- prezir
- odbrambeni stav
- izbjegavanje sukoba

(Dr Džon Gotman, psiholog)

*

FOMO (Fear of missing out) označava strah surfera od neučestvovanja, praćen osjećajem da se u svijetu događa nešto zabavno, dok „on kucka na tastaturi“.

Veze na internetu su trenutne. Niko ništa ne čeka; momak ostavi djevojku, а она то истог trenutka objavi svima, da bi je odmah неки tješili ili utješili!

*

Beži od onoga koga ne možeš da oteraš !

(M.Žuborski)

*

Jednoj devojčici hitno je potrebno novo srce.

Ako smatrate da se vas to ne tiče,
velika je verovatnoća da je potrebno i vama...

(Bojan Ljubenović)

*

BIJELI VITEZ označava dijete koje odskače od svoje porodice po tome što se odlikuje obiljem plemenitih osobina. Predusretljivo je prema drugima i za sve ima razumijevanja. Izaziva divljenje okoline i često „pregori“ u svom nastojanju „da spasi svijet“.

Razlozi zbog kojih dijete postaje „bijeli vitez“ su :

- **nizak ekonomski status porodice**, koja mu ne može da priušti onakva materijalna dobra kakva imaju njegovi vršnjaci;
- **postojanje bolesnog ili problematičnog člana u porodici** izaziva da „bijeli vitez“ popravlja ravnotežu u porodici ili skida ljagu sa nje;
- **nizak obrazovni status roditelja** utiče da dijete odluči da stekne visoke akademske titule i izvuče porodicu sa niskih socio-ekonomskih grana;
- „bijeli vitez“ **preuzima dio roditeljske odgovornosti** i tako postaje najodgovorniji član u porodici.

(Maja Janežić, psiholog)

*

TRIKOVI ZA ZAUSTAVLJANJE ŠTUCANJA

1. kašika šećera
2. zalogaj kisele ili ljuto začinjene hrane
3. disanje u papirnu kesu (nekoliko puta)
4. srkanje vode u nekoliko gutljaja
5. žvakanje mirođije
6. 1 kafena kašika meda na jezik
7. čokoladni namaz ili puter od kikirikija na jezik
8. žvakanje zdrobljenog leda
9. zaustavljanje daha
10. zagrljaj bliske osobe – uvijek pomogne

*

Djevojke od 18 do 20 godina, koje su bile sa više od dva partnera, izložene su **10 puta** većem riziku da poslije 21. godine zapadnu u loše eksperimentisanje sa alkoholom i narkoticima, što dugoročno gledano vodi u zavisnost.

Kod mladića pod istim uslovima, taj rizik je veći samo za **3 puta**.

(Univerzitet Otago)

*

Vlada moli građane da štede.
Kad uključe televizor da isključe mozak !

(Rade Jovanović)

*

Euforija NOVE ljubavi kod žena blokira apetit, pa se pod uticajem hormona ljubavi njen tijelo najbrže i najlepše preoblikuje.
Kad se hormoni „umire“, kilogrami se ponovo vrate.

Dakle, najefikasnija dijeta za idealnu liniju za 97% ljudi je bračna prevara, jer osim što povećava krvni pritisak, stres i strast dovodi i do bržeg sagorijevanja masti. Tokom preljubničke afere i muškarci skinu oko 5 kg tjelesne težine !

Međutim, preljuba značajno povećava i rizik od nastanka kardiovaskularnih bolest !

(Američko istraživanje)

*

U svakom braku ima ljubavi. Mada često to zovu švaleracija !

(Dragan Ognjanović)

*

U krevetu sam ispaо glup k'o točak.
Pukla mi je guma !

(Srđan Dinčić)

*

Jabuka, cvekla, celer i šargarepa djeluju abrazivno i izbjeljujuće na zube i sprečavaju stvaranje zubnog kamenca.

Narandža, ananas i jagode, mlijeko, jogurt i tvrdi sirevi sadrže kiseline koje takođe izbjeljuju zube i uništavaju bakterije u ustima „odgovorne“ za zadah.

Borovnica, soja sos, kafa, vještački sokovi, crno vino i duvan ostavljaju mrlje na zubima.

*

S godinama usne i koža oko obrva postaju blijede, stapaju se s bojom puti i odaju stariji izgled. Veći kontrast na licu vizuelno podmlađuje, a najlakše se postiže šminkom (crveni karmin).

*

Osveta donosi zadovoljstvo za jedan dan, oproštaj za cio život.
(Indijska)

*

ČUVANJE LIMFNOG SISTEMA u par koraka

- pravilna ishrana (bez industrijske hrane koja stvara „tjelesni mulj“, sirova hrana, redovno pražnjenje crijeva, prestanak pušenja)
- hidriranje organizma sa najmanje 8 – 10 čaša vode dnevno
- duboko disanje (dijafragmom i kroz nos)
- redovna fizička aktivnost (hodanje, plivanje, joga, pilates, ples)
- zdravo znojenje (sauna)
- odbaciti tijesnu odjeću
- deblokada stresa
- limfna masaža (drenaža)

*

Testovi inteligencije psihologa Hansa Jirgena Ajzenka su bezvrijedni, dokazuju eksperti sa više strana.

„U većini slučajeva ispitaniku uopšte ne pomaže logika, već pravi odgovor može da nađe samo slučajno.
Npr. na 16 logičkih zadataka samo 5 su tačni.“

(Prof.Dr Viktor Vasiljev)

*

Ne vjerujte riječima, ni svojim ni tuđim;
vjerujte samo djelima, i svojim i tuđim.

(Lav Tolstoj)

*

„Moram da kažem da sam srećan što ste uništili koze, jer vidim da se vaša brda sada zelene. Potrebno je gajiti ovce, jer one daju i mlijeko i vunu.“

(J.B.TITO Trebinjcima 3.10.1954.g.)

Do 1948.godine u Jugoslaviji je bilo 1,300.000.- koza. Tada je donesen zakon o zabrani držanja koza, kao vrlo štetnih za šumska područja. Republika Hrvatska je taj zakon 1982.g. stavila van snage, a Srbija i Bosna i Hercegovina to nisu učinile ni do dana današnjeg.

*

Srce je kao kineski GPS uređaj.
Često vas odvede tamo gde niste planirali.

(Bojan Ljubenović)

*

Postoji oko 400 načina kako se ljudi smiju, a najčešći su ovi :

KI – KI – KI	Neiskren smijeh introvertnih ljudi sa predrasudama.
HI – HI – HI	Ovo je ironičan smijeh, smijeh sa podsmjehom
HO – HO – HO	Podrugljivi ili protestni smijeh samopouzdanih ljudi.
HE – HE – HE	Ovo je najneprijatniji smijeh jer potiče od laskavaca.
HA – HA – HA	Iskren smijeh od srca i duše.

*

KLITORIS ima oko 8.000.- nervnih završetaka i ta brojka ne prestaje da raste.
U 32.godini života klitoris je 4 puta veći nego što je bio u pubertetu.

*

NAJVEĆI ŽENSKI STRAHOVI :

- **vaga**
- **zubar**
- **da će je partner ostaviti**
- **da je neko ne vidi golu**
- **bankovni račun poslije šopinga**

*

Uhvaćen sam u bračnom neverstvu. Tražim rekonstrukciju događaja !

(Miloš Kraljević)

*

Prijateljstvo je kad ti neko daje potpunu slobodu da budeš ono što jesi.

(Džim Morison, muzičar)

*

LJUDI BEZ DUHA (prazni ljudi, dronovi, organski portali, lutke) su ljudi koji u svojoj svijesti ne posjeduju više komponente. Materijalno su nastrojeni, a ponašanje im je predatorsko. Nemaju individualnost i nezavisno mišljenje, već mentalitet stada. Sve razumijevaju sa pet čula, a metafizičko ih ne interesuje. Nemaju empatiju ni samopoštovanje. Brižni su samo iz manipulativnih razloga.

Energija svijesti (mental) im je difuzna, mutna, nestalna, nejasna, a um kao dvorac od pijeska. Njima upravlja animalno i rudimentirano. **Nedostaje im** jedan faktor samosvijesti – **viša iskra** – duh (spirit), jezgro individualizirane svijesti „istinskog JA“ koje akumulira iskustvo i duhovnu mudrost, odnosno **Božanska iskra**, sjedište slobodne volje, holografski segment Tvorca. U njihovim životima nema samosvijesti, individualnosti, mudrosti, inteligencije, sinhroniciteta i savjesti. To su privremena bića čija se svijest poslije smrti raspada.

Duša (astral) je nefizikalni energetski interfejs fizičkog tijela i duha. Sastoji se od eteričnog i astralnog tijela. **Eterično tijelo** je kvantno određeno polje koje štiti fizičko tijelo od dezintegracije, odnosno truljenja.

Astralna komponenta je apstraktna i sjedište je svjesno doživljenih osjećanja i patnji – tampon zona između fizičkog i metafizičkog.

Fizičko tijelo je biološki instrument za interakciju sa okolinom, sa utisnutim nagonima i instinktima.

EGO (softver) osigurava opstanak, ali nema vlastitu svijest. To je kompjuter koji radi uz pomoć nervnog hardvera (**eterično tijelo**) i determinisan je.

DUH je van linearног vremena i predstavlja svijest koja nagnje duhovnosti. „Niže JA“ je njihova mješavina.

Bolesti nastaju zbog grešaka u psihi (astral) i svijesti (mental, duh) a koje se šire na etarsko i fizičko tijelo remeteći energije u njima.

*

HOMEOPATIJA se manje bavi bolešću, više čovjekom, rjeđe posljedicama, a najčešće uzrokom.

U svakom od nas postoji mentalno-spiritualni, psihološko-emotivni i fizički dio. Ako se ijedan od tih aspekata zapostavi sigurno je da će se bolest materijalizovati. Homeopatija je energetska medicina, medicina budućnosti.

(Talija Smederevac, homeopata)

*

Ljepota postoji u svemu, ali ne može svako da je vidi.

(Konfučije)

*

Kubanska vakcina **CIMAVAKS EGF** primjenjuje se u liječenju raka pluća.
Ova vakcina djeluje tako što ga pretvara u hroničnu bolest blokirajući faktore odgovorne za nastanak metastaza.

*

Svaka kuća bi trebalo da ima rečnik stranih reči i izraza, kako bi se izbegli nesporazumi.
Na Voždovcu je, na primer, jedan prebio komšiju što mu je rekao da je elokventan !

(Ranko Guzina)

*

**Ko godišnje 12 dana zaredom pije po 1 kafenu kašiku petroleja,
nikada neće oboljeti od raka niti od neke druge maligne bolesti.**

(Dr Paula Ganer)

Negdje je opisano je da je u porodici Švarc 70 godina svaki član svakog petka uzimao po kocku šećera sa 15 kapi čistog petroleja i da nikada niko od njih nije bio bolestan, da su svi bili zdravi i dugovječni.

Dr Paula Ganer tvrdi da ako se 100% čisti, rafinirani petrolej pije 2x dnevno tokom 30-45 dana može se izlječiti i rak !

U Prvom svjetskom ratu srpska vojska se liječila petrolejom od „svih bolesti“.

Nalazište najčistijeg petroleja je u mjestu Kruj u Albaniji.

Nabavlja se u Francuskoj, Švajcarskoj, Njemačkoj i Mađarskoj, a može se naći i u Novom Sadu u Apoteci „Diolak“ Tel 00381 21 468 372.

*

Fitoterapeut **Miloš Ninković** liječi tumore grlića materice.
00 381 11 41 27 134.
064 393 530.

*

Ko god piše, a nije pisac, izlaže se velikoj opasnosti da bude pročitan.

(Pavle Minčić, glumac)

*

Filteri na cigaretama ne štite od raka,
nego ga samo „(pre)usmjeravaju“ i na druge organe u tijelu.
I nargile su štetne poput cigareta jer se u njima nalaze velike količine katrana i
drugih kancerogenih supstanci.

I nepušači koji dugo vremena provode u društvu pušača,
takođe su izloženi opasnosti da obole od raka.

(Dr Metin Ozkan, Univ.Ercijes, Turska)

*

IZVINI je najteža riječ.
Odbijanjem da se izvinimo jačamo samopouzdana i
osjećaj sopstvene važnosti i moći.

(Australijsko istraživanje)

*

Žena, auto koji vozi, i karakter :

BMW	Hedonista, egocentrična, divlja i nezgodna, nepredvidiva i posesivna.
MERCEDES	Samouvjerena, uspješna, priznata, smirena i sigurna u saobraćaju
AUDI	Žena ZMAJ, prodorna, nepokolebljiva, samouvjerena, zavodljiva. Voli tehniku. Dobra majka i supruga, ne prašta izdaju.
RENO	Osjeća se mladom i u 30.godini, različitih je karaktera i zanimanja.
VOLVO	Voli svoj auto, promjenjivog je karaktera i prijeke je naravi.
OPEL	Praktična, požrtvovana, nemametljiva, porodična. Dobra domaćica i prijateljica.
FORD	Tradicionalna, ne voli da je u centru pažnje, često gojazna.
FIAT	Dобра, nježna i osjetljiva žena, vrlo savjesna, strahuje od samoće.
SITROEN	Ekscentrična, umjetnička duša, visokoobrazovana, principijelna.
GOLF	Jaka, uliva sigurnost, odlična majka i vaspitač, ali i plače kad treba.

Žene kada kupuju auto to čine na način na koji kupuju i cipele.
Niko ih živ ne može pokolebiti u izboru, ni cijenom niti ekonomičnošću.

(Džon Votson, psiholog)

*

**Ljudi (65,3%) su mnogo spremniji da pomognu drugima
kada je vrijeme lijepo, a dani sunčani.**

(Francusko istraživanje)

*

Jajare liče kao jaje jajetu !

(Goran Mrakić)

*

12 „NEFIZIČKIH STVARI“ KOJE MUŠKARCI VOLE KOD ŽENE :

1. da je dobar slušalac
2. da je spontana i onakva kakva je u stvari
3. da je dobar vozač
4. da je ostvarena i ispunjena
5. da uživa u hrani i ne broji kalorije
6. da je dobra kuvarica
7. da je stvarna i neizvještačena
8. da je spremna na kompromise
9. da je brižna
10. da je zabavna
11. da vodi brigu o sebi
12. da je snažna i da bude uz njih kada stvari u životu ne idu baš najbolje

*

Dobar brak bi bio između slikepe žene i gluvog muškarca.

(Onore de Balzak)

*

- Oko 70% muškaraca i 30% žena ne želi da zna išta o seksualnoj prošlosti svojih partnera, a žene koje to zanima (70% !) - žele da o tome znaju sve, do detalja.
- Kada je riječ o broju bivših ljubavnih partnera, žene tu cifru redovno smanjuju, a muškarci povećavaju.
- Deset (10) bivših ljubavnih partnera je idealan broj. Manje od toga se tumači kao neiskustvo, a više kao tendencija ka promiskuitetnom ponašanju.
- Samo 3% ljudi bi ušlo u ozbiljnu ljubavnu vezu sa osobom koja je imala preko 30 partnera.

(Život plus)

*

Kad istinu isteraš na čistinu, svi pucaju u nju !

(Aleksandar Čotrić)

*

ĆUTANJE NIJE ZLATO, NEGO SAUČESNIŠTVO.

*

Idealna žena je ona koja se nalazi ispod vas.

(Alek Boldvin, glumac)

*

KUVADOV SINDROM podrazumijeva povećanje tjelesne težine i jutarnje povraćanje kod muškaraca čije su žene trudne !

Trudnoća traje devet mjeseci, a nekada i duže, čak i do 375 dana.

*

Riječ PROBLEM koristite što je moguće manje !

Mnogo bolji termini su IZAZOV ili SITUACIJA jer nas automatski stavljaju u poziciju rješenja. Situaciju sagledavajmo u širem kontekstu, da ne bismo uporno rješavali posljedicu a ne uzrok.

Vizualizacija nam pomaže da ostvarenje cilja vidimo kao da se već desilo, a to inspiriše i motiviše. Pa ipak :

- cilj treba da bude kreiran u pozitivnom kontekstu
- cilj mora da bude naš, nešto što moramo mi da uradimo, a ne neko drugi
- cilj mora biti mjerljiv, da se zna čemu težimo i do kada
- cilj mora biti odmjeren (mali cilj ne motiviše, a veliki blokira)
- cilj ne smije da ugrožava sve drugo što nam je važno

(Stela Karl-Ćosić, poslovni trener)

*

Kaže mi danas medicinska sestra :

„Jeste li znali da je na grobljima signal mobilnog telefona slab zbog frekvencije leševa ?“

(Isidora Bjelica)

*

Žene su ujutru poslije buđenja mrzovoljnije od muškaraca.

Čak 50% njih bar do 8 časova ne želi ni da razgovara, 30% izbjegava razgovor sa svojim radnim kolegama, a 20% ujutru ignoriše i sopstvenu djecu !

Ovo nastaje zbog svjesnosti o napornom i stresnom danu koji je pred njima.

*

ČAJ OD MATIČNJAKA je pravi eliksir za radost življenja i pomaže kod depresije, migrene, lupanja srca, stresa, nesanice, tremi, zamora i slabog pamćenja.

*

POSTOJI VIŠE DOKAZA DA STE SREĆNIJI nego što mislite :

- Vaše nasmijano lice na fotografijama iz mladosti govori da imate 5 puta manje šansi da se razvedete, jer su nasmijane i srećne osobe privlačnije, bolje se osjećaju i ostvaruju kvalitetnije međuljudske odnose i uspješniji brak.
- Osobe koje imaju bar jednu sestru sklonije su optimizmu i boljoj komunikaciji sa drugima.
- Ako ne gledate televiziju bićete boljeg raspoloženja i imaćete više vremena za druženje i čitanje.
- Ako fotografije i suvenire držite na vidnom mjestu, to će vas potiskećati na neke lijepе trenutke.
- Ako vježbate samo 20 minuta dnevno, smanjićete stres za 70%.
- Ako vodite zdrav ljubavni život.
- Ako se družite sa srećnim ljudima.
- Ako pijete tople napitke i sami ćete biti topliji, srdačniji i raspoloženiji.
- Ako imate dva dobra prijatelja, bliska i odana i to će vas činiti srećnim

*

Teorija je kad se sve zna, a ništa ne funkcioniše.
Praksa je kad sve funkcioniše, a niko ne zna zašto.

(Albert Ajnštajn)

*

**Novak zbunjuje ceo svet, jer se nikako ne uklapa u predstavu o Srbima i Srbiji.
Mnogi to ne mogu da mu oproste.**

(Ranko Guzina)

*

Standardne slušalice koje se stavljuju na glavu manje su štetne od onih koje idu direktno u uši, jer čak 65% korisnika uređaja MP3, iPod sluša muziku koja je glasnija od 85 dB. Direktne slušalice u ušima dovode do mikrooštećenja senzornih slušnih ćelija u unutrašnjem uhu, što nakon određenog vremena dovodi do trajnog oštećenja sluha.

(Dr Snežana Rebac, ORL)

*

**Upotreba escajga vremenom je kod ljudi promjenila raspored zuba i zagriz,
jer su zalogaji koji se uzimaju manji pa se hrana drugačije žvaće.**

(Dr Lorin Brejs, antropolog)

*

ASTRALNO TIJELO odnosi dušu na odredište i poslije nekog vremena,
duša ga napušta i priprema se za novo odredište ili novo tijelo.

(Čarl Lidbiter, teozof)

*

Eterične i astralne ljudske nemaju svijest, osjećanja i inteligenciju ali se crnomagijski mogu upotrijebiti za zastrašivanje ljudi. Poslije nekog vremena – raspadaju se.

Duša samoubice ostaje dugo vezana za astralno tijelo na astralnom nivou odbijajući da nastavi svoj prirodni put do odredišta, a ne dozvoljava joj se ni reinkarnacija u novo fizičko tijelo. Svoj grijeh će okajavati i do 700 godina ! Samoubice prljavog života često postaju zla astralna tijela, koja kao ružne aveti ljudima nanose zlo.

Inkubi su muški demoni koji lutaju astralom i požudno spopadaju usnule žene.

Sukubi su ženski demoni koji se ponašaju na sličan način. Ova nesrećna bića mogu se vidjeti kako lebde oko mesarnica, javnih kuća i zloglasnih javnih mjeseta.

Vampiri i vukodlaci su aveti čiji je „niži um“ odvojen od duše i luta na astralnom planu sisajući energiju živih bića na fizičkom. Radi se o sahranjenim ali ne i mrtvim osobama (katatonija). Projektuju svoje astralno tijelo i pohode žrtve isisavajući iz njih ne krv, već suptilnu energiju (snagu). Takve mrtvace treba spaliti !

*

UNIVERZUM ima 7 nivoa :

1. Fizički – ovozemaljski
2. Astralni
3. Neljudski, vještački
4. Mentalni
5. Budički
6. Nirvanički
7. Neimenovani

Astralni nivo je sfera koja prožima cijelu planetu i sve nas. To je carstvo iluzija i snova. Nastanjen je živim bićima i posjećuju ga mistici.

Stanovnici astrala su **živi** (imaju još fizičko tijelo) i **mrtvi** (nemaju fizičko tijelo).

Živi stanovnici astrala su:

- **Obični ljudi** koji plove okolo u svom astralnom tijelu tokom sna ili u nesvjesnom stanju (snovi). Senzibilniji imaju i svijest u tom snu („buđenje u snu“).
- **Psihički razvijeni** imaju dar za odlazak u astral, nemaju vodiča ni učitelja već su samouki, ali su skloni da tu svoju sposobnost zloupotrijebe.
- **Učitelji i učenici** koji vježbaju posjete astralu, vrlo su etični.

- **Crni magovi i njihovi učenici** svoje moći koriste u zle i sebične (vudu), umjesto dobre svrhe. Na stralu borave privremeno i vraćaju se u svoje fizičko tijelo tokom sna.
- **Ostali** su trajno vezani za astral.

„Mrtvi“ stanovnici astrala su u stvari živi, iako nemaju fizičko tijelo.

- **Magovi „desne staze“** poslije smrti se zadržavaju na astralnom nivou odričući se nirvane, da bi pomagali drugima.
- **Crni magovi** poslije smrti čekaju sljedeću reinkarnaciju i kao strašni bestjelesni demoni ljudima nanose zlo.
- **Obični ljudi** su ljudi čistog srca koji se kratko zadržavaju na astralu i nastavljaju sudbinski put ili u nove inkarnacije.
- **Prosječan čovjek** koji se nije dovoljno očistio od nižih želja ostaje na astralu duže da bi se oslobođio želja.
- **Ljudi najnižeg nivoa** (ubice, bludnici, pijanice) ostaju na astralu najduže ili trajno.

Astralne okolnosti mogu biti vrlo slične zemaljskim pa čovjek koji je umro može da i ne povjeruje da je umro.

Čovjek u sivom svijetu je neko ko je potonuo u najgrublji materijalizam bez ikakve predstave o postojanju bilo čega duhovnog van fizičkog tijela.

Običnog čovjeka poslije smrti zahvata strah kada shvati da je otrgnut od materije i tek kad uvidi da ne može više da se vrati u svoje fizičko tijelo, produžava dalje.

Pojedini ljudi zbog želje da se vrate u fizičko tijelo uspore odvajanje suptilnog tijela od fizičkog. Zbog straha zaustavljaju točak vremena pa dugo ne dolazi do raskida veze između fizičkog i astralnog tijela. To je „siva zona“ (katalepsija) - nije živ, ali nije ni mrtav ! Tumara astralom nesrećan i treba mu pomoći da zaboravi strah. Tek kada mu se raspadne eterično tijelo on odlazi prepuštajući se prirodnom toku stvari.

*

SVE ŠTO PROPADNE IMALO JE VALJANE RAZLOGE DA PROPADNE.
(Hegel)

*

Ako vjeruješ ženama - umireš siromašan.
Ako vjeruješ muškarcima - umireš mlad.

(Ruska)

*

Prof.Dr Žan Deni Rilon sa Univerziteta Bezason je na osnovu 15-godišnjeg istraživanja dokazao da su **brushalteri lažna neophodnost** tj. da od njihovog nošenja gotovo da nema nikakve koristi. Bez brushaltera se lakše diše, žena ima bolje držanje tijela i manje bolova u leđima; dakle, sve suprotno od onoga što se tvrdi u reklamama za brushaltere!

*

Za blistav osmijeh i bijele zube :

- svakog dana pojedite bar jednu jabuku
- sokove pijte kroz slamku
- redovno konzumirajte mlijeko i mliječne proizvode
- ljubite se što više

(Akademija za opštu stomatologiju SAD)

*

Jedan momak dao je oglas :

Tražim original devojku, bez tetovaže, silikona i bilo kakve nadogradnje.
Šifra „Netaknuta priroda“.

(Ranko Guzina)

*

Ginekolog je oženio najružniju ženu u gradu.
U šta li se to on zagledao ?

(Savo Martinović)

*

Pojam arhetip podrazumijeva obrazac instinktivnog ponašanja ljudi sadržan u kolektivnom nesvjesnom. Prof.Dr Šinoda Bolen sa Univ.Kalifornija u svojoj knjizi „**Boginja u svakoj ženi**“ opisuje koja se od antičkih boginja ispoljava u svakoj ženi i prema tome dijeli ih na žene sa djevičanskim, ranjivim i alhemijskim arhetipom.

Djevičanski arhetip

U tu grupu spadaju boginje Artemida, Atina i Hestija koje personifikuju žensku potrebu za samostalnošću : Artemida predstavlja nezavisan ženski duh usmjeren na dostignuća, Atina je razumna, samosvjesna žena, a Hestija je strpljiva, nedodirljiva žena koja voli samoću.

Artemida je boginja lova i Mjeseca, arhetip SESTRE. Žena kojom vlada Artemida je samostalna, aktivna i voli izazove, Brak i djeca nisu joj potrebni pa to kompenzuje bliskim prijateljicama i sestrinskim odnosom. Bori se protiv nasilja nad ženama i svake druge nepravde. Snažno je povezana sa prirodom, ali je emocionalno nedostupna.

Atina, boginja mudrosti je arhetip TATINE KĆERKE. To je jako poslovna žena koja strateški razmišlja, vješta je i mudra, samouvjerana i stroga. Privlače je muškarci patrijarhalnog tipa (otac, lider). Rigidna je i ne dotiču je tuđi problemi. Od ratnice odustaje tek kada i sama postane majka i tada je spremna da prizna da je i njoj nekada potrebna utjeha.

Hestija je boginja ognjišta, arhetip mudre žene, TETKE. Mirna je i nenametljiva, sama sebi dovoljna, sklona meditaciji i toplo domu. Privlači tradicionalne muškarce, ali je u realnom životu usamljena.

Ranjivi arhetip

Hera, Demetra i Persefona predstavljaju tri dominantne ženske uloge: supruge, majke i kćerke. Ranjive su i teže bliskosti.

Hera je boginja braka, arhetip SUPRUGE. Traži brižnog i sposobnog muškarca i emotivni odnos završava brakom dobijajući status kakav zaslužuje. Ljubomorna je i posesivna ali ljutnju prebacuje na suparnicu. I u slučaju razvoda ponaša se kao legitimna supruga, iako pati od depresije.

Demetra, boginja žita, arhetip je MAJKE. Ima jaku želju za materinstvom, dobra je kao majka i domaćica, velikodušna je i brižna, pomaže svakome, a o djeci vodi računa i kad odrastu. Često bira zanimanja kao što su vaspitačica ili pedijatar.

Persefona, gospodarica podzemlja, arhetip MAMINE KĆERKE, vječita djevojčica. Previše je bliska s majkom, lakovislena, hirovita i nestrpljiva. Prihvata ljudе onakve kakvi jesu sve dok su joj zabavni. Često je pedagog ili neki savjetnik.

Alhemski arhetip

Afrorita, boginja ljubavi i ljepote, predstavlja arhetip LJUBAVNICE i motiviše žene da vrednuju kreativnost i budu otvorene za promjene. Zaljubljiva je i teško joj je odoljeti jer ona želi samo da voli i da bude voljena. Ne mora obavezno da bude u vezi ili braku. Uživa u prijateljstvima bez uslovljavanja. Dama je i zavodnica, ali je često nesrećna u ljubavi zbog pogrešnog izbora partnera.

(Život PLUS)

*

U stabilnom braku muškarci manje piju alkoholna pića nego što su pili prije ženidbe, za razliku od žena koje piju više nego što su pile prije udaje.

Nakon razvoda braka muškarci se najčešće ponovo okreću alkoholu, a žene padaju u depresiju.

*

Srećna žena ima potkovicu, a pametna konja.

(Mijo Miranović)

*

USKORO NEĆE BITI PUŠAČA – SVI ĆE POSTATI NARKOMANI !

- Duvan, ako bi se koristio u izvornom obliku i na način kako su to činili američki indijanci, bio bi mnogo manje štetan po zdravlje. Indijanci su dim uvlačili kroz nos, a duvan nije imao dodatnih hemikalija za popravku ukusa, brže pušenje ni pojačivače želje za pušenjem.
- Kanabis se legalizuje sve više, a akcije protiv duvana su sve žešće. Drugim riječima, radi se o pokušaju da se narkomanija uvede na velika vrata u naše živote i da narkomani smijene pušače, s ciljem da se ljudska populacija lakše kontroliše opijatima koji ne izazivaju autodestrukciju i agresiju.
- U popularna „osvježavajuća pića“ dodaju se hemikalije za pojačavanje žeđi.
- Tesla je svojevremeno snimio svoju ruku bezopasnim zracima i vrlo preciznim detaljima, ali zbog profita Rentgenovi zraci i dalje imaju široku primjenu.
- Tesla je govorio da će napraviti sijalicu koja će sa neba obasjati cijeli svijet, a zaprepašćeni Vestinghaus je odmah pitao kako će staviti strujomjer radi naplaćivanja rasvjete !
- Agrostemin je biološki preparat dobijen iz korova za zaštitu biljaka, bezbjedan, jeftin i siguran. Ali nigdje se ne može nabaviti zato što je - jeftin.
- Vještačko đubrivo ima oznaku 15x15x15 i znači da se u džaku nalazi 15% kalijuma, 15% natrijuma i 15% azota. Ostatak od 55% čini samljeveni pijesak koji razgrađuje kvalitetnu zemlju !

(Dušan Rašeta, tehnolog i ekolog)

*

Muškarce najviše brine to da im žene u starosti ne postanu slične taštama, da ne žive kao samci i da ne ožene ženu koju ne vole.

*

U Srbiji dobro žive samo penzioneri koji stanuju kod roditelja !

(„Oblak u bermudama“)

*

NARODNI LIJEKOVI

Za Zubobolju:

- Nekoliko češnjeva bijelog luka isjeći na po 3 dijela, posoliti, staviti u 2 dl rakiće komovice i prokuvati. Kada se smlači ispirati bolno mjesto.
- Kockom leda trljati unutrašnju stranu dlana između palca i kažiprsta.

Za brzu drenažu nosa i sinusa:

- Jezikom pritisnuti vrh nepca, a prstom između obrva i dunite na nos.
Za 20 sekundi čete prodisati !

Za osjećaj grebanja ili kao da „nešto stoji“ u grlu – počešite uvo !

Kad je mokraćna bešika puna, a WC daleko – mislite na seks i to će smanjiti osjećaj neprijatnosti !

*

Nikada pored kuće ne treba saditi nerodno drvo, jer će se tada i kuća „ugasiti“.
(Narodna)

*

JAJA donose sreću !

- Jaja ostavljena na tavan bez znanja žene nerotkinje pomažu da žena rodi više djece, češće muške.
- Jaje u čvrstoj kutiji ostavljeno ispod jastuka pomaže nervoznoj djevojci koja želi da se uda, da joj se želja i ostvari.

(Treće oko)

*

Ramuš Haradinaj – nevin, Naser Orić – nevin, Ante Gotovina – nevin.
Veliko je olakšanje znati da su Srbe ubijali samo nevini ljudi.

(Bojan Ljubenović)

*

- HAARP kontrolu uma ljudi obavlja frekvencijama od 1- 20 Hz.
- Električari koji rade na dalekovodima izloženi su elektromagnetnim frekvencijama jačine 50-60 Hz i imaju veću stopu samoubistava.

*

Žena pita ljekara :

„Doktore, molim Vas, za moju težinu koliko bi ja trebalo da budem visoka ?“

Ljekar pogleda u tablice, pa reče : „Oko 4 metra.“

„Eto, ja njima stalno govorim da sam niska, a oni zapeli debela, pa debela !“ -
zaključi zadovoljno pacijentkinja

*

Ako do sada nisi imao seksualnih problema,
glupo ti je da pod stare dane s tim počinješ.

(Aleksandar Baljak)

*

Mjesec je udaljen od Zemlje 384.000.- km.
Oko Zemlje se kreće brzinom od 1,02 km/sek., a
oko svoje ose se okreće za 27 dana, 7 sati i 11,5 sek.
Svetlost sa Mjeseca stiže za 1,25 sekundi.

- „**Transilvanijski sindrom**“ podrazumijeva razdražljivost, agresivnost, svadljivost i nasilnost za vrijeme punog Mjeseca. Tada se ne preporučuju stomatološke i hirurške intervencije.
- Detoksikacija organizma je najuspješnija u vrijeme opadanja Mjeseca i tada je oslobođanje od alergena i grinja najlakše, hirurški bolesnici manje krvare, a bradavice se lakše skidaju.
- Faza rasta Mjeseca je period regeneracije, novih ideja, akumulacije energije, povećanja tjelesne mase, bržeg rasta biljaka.
- Za vrijeme mladog Mjeseca najbolje je postiti i oslobođati se štetnih navika.
- Žene kod kojih menstrualni ciklus prati Mjeseceve mijene brže i lakše zatrudne.
- Ciklus zdrave žene počinje u noći mladog Mjeseca, a plodnost kulminira u noći punog Mjeseca

*

**Ko jede po jednu kesicu čipsa dnevno može da ima iste posljedice po zdravlje
kao da je popio 5 litara jestivog ulja godišnje.**

**Čips je dizajniran tako da izaziva zavisnost, a upoređuje se sa osjećajem
priyatnosti koji nastaje kao kada se zagrize topljeni sir !**

*

Taman kada je deda otkrio Fejsbuk, Sv. Petar ga je dodao za prijatelja !
(Srđan Dinčić)

*

Zdravstveni radnici, posebno ljekari tokom dijagnostike i terapije se trude da se podjednako ponašaju prema svim pacijentima, ali kada daju savjete gojaznim osobama njihov manir se mijenja i obično pokazuju manje poštovanja i empatije prema njima.

Drugim riječima, doktori su finiji prema mršavim pacijentima.

(Univerzitet Džon Hopkins, Baltimor)

*

Postoje samo dvije vrste ljudi sa kojima ne mogu da izađem na kraj.
To su oni koji sve znaju i oni koji ne znaju ništa.

(Žan Pol Sartr)

*

FORMULA koja osigurava zdrave i uspješne odnose u kojima će svi biti zadovoljni glasi:
50 – 30 – 20.

50% vremena potrebno je odvojiti za partnera,
30% za prijatelje i porodicu i 20% za sebe.

(Vendi Aterberi)

*

- Stezanje pesnica aktivira posebne centre u mozgu povezane sa procesuiranjem pamćenja. Stiskanje desne šake aktivira lijevu hemisferu mozga, a lijeve desnu.
- U procesu pamćenja, čovjek koristi obje hemisfere – lijevu za čuvanje informacija, a desnu za njihovo aktiviranje.
- Stezanje desne šake u trajanju od 90 sekundi poboljšava pamćenje, a stezanje lijeve pomaže u prisjećanju zapamćenog.

(Univerzitet Monkler, Nju Džersi)

*

Branko Crnogorac (81) iz Apatina, čuveni **KARELI** je Ginisov rekorder i prvak u gutanju eksera, ključeva, satova, viljuski, kašika, tanjira i bicikla.
Tokom svoje estradne karijere imao je i šest hirurških operacija !

*

Nakon osvještanja vodice, domaćin pita popa :

- Pope, koliko treba da platim ?
- Daj koliko daš.
- Pope, reci ti meni koliko nije malo, da se ne osramotim ?!
- Što više daš, manje će te biti sramota !

*

**Naši najveći neprijatelji nisu neznalice i prostaci, već obrazovani ljudi
ali prodane duše.**

(Grejem Grin, pisac)

*

Tačno je da sam jedan stan prodao pet puta, ali
nisam ja kriv što je na tržištu potražnja veća od ponude.

(Bojan Ljubojević)

*

ZNOJNE ŽLIJEZDE :

Ekrine znojne žlijezde imamo od rođenja po cijelom tijelu, dlanovima i tabanima. Luče bistar znoj, slanog ukusa i bez mirisa, regulišu tjelesnu temperaturu.

Apokrine znojne žlijezde razvijaju se u pubertetu u pazuhu, genitalnoj regiji, ispod dojki i oko pupka. Luče žut ili zelen znoj bez mirisa.

Muškarci se znoje više i češće (veća površina tijela).

3% opšte populacije ima pojačano znojenje, hiperhidrozu, zbog pojačanog rada simpatičkog nervnog sistema, dok se atletičari znoje po navici.

Neprijatan miris znoja nastaje povećanog prisustva bakterija na koži.

Antiperspirante treba nanositi na suvu kožu noću.

Da bismo imali **prijatan miris** znoja potrebno je u ishrani izbjegavati meso, jaja, mlijeko, luk, brokole, kafu i alkohol.

*

Nisam štreber, ali kad god studiram neku curu ja je i položim !

(Rade Jovanović)

*

PROTIV SIMPTOMA GRIPA :

U 1 litar hladne vode staviti 3-4 kašike meda, staviti na uključenu ringlu, pustiti da provrije, a potom kuvati još 3 minuta. U vruću otopinu staviti 2 kesice zelenog čaja. Ovakve pripravke piti do ozdravljenja, i do 2 litra na dan.

*

Zdrav čovek ima hiljadu želja, a
bolestan samo jednu – da pobedi na izborima !

(Bojan Rajević)

*

**SRBI su jedini narod koji se množi delenjem.
Od jednog naroda postala su tri-četiri, od jednog jezika tri-četiri jezika.
Svi već rođenjem govorimo više jezika.
Kakav raskoš !**

(Rajko Petrov Nogo)

*

Danas svi hoće da budu narodi, nacije, da imaju svoj jezik, kulturu, pa u nedostatku svog, uzimaju tude. Takvi postupci nemaju nikakvog utemeljenja, oni su produkt lingvističkog inženjeringu i stvar prljavih političkih igara.

(Prof.Dr Milorad Telebak, lingvista)

*

GUNA je ono što nas veže, sila materijalne prirode koja nas vezuje za određen tip energije i određene djelatnosti poput suptilnih konopaca, koji upravljaju našim životima. Postoje 3 osnovne gune :

1. Tama guna (guna neznanja)
2. Radža guna (guna strasti)
3. Satva guna (guna vrline)

GUNA NEZNANJA je najniža guna ljudi i životinja. Podrazumijeva zaokupljenost čulima, obmane, nemar, spavanje i ludilo, bez potrebe za duhovnim razvojem. Ljudi ove gune su lijeni, mrzovoljni, ne shvataju svoju svrhu života, skloni su drogama i spavanju. Vole turbo folk, rejv, tehno, bluz (depresija) i hranu baziranu na mesu, jajima, ribi i kiselim namirnicama.

Rezultat : ludilo.

GUNA STRASTI vlada ambicioznim materijalistima (glumcima, političarima, biznismenima i sl.). Sva životna aktivnost im je usmjerena na materijalna dobra, uživanje, seks. Naginju rok i pop muzici (akcija, polet) i ljutoj i slanoj hrani.

Rezultat : bijeda.

GUNA VRLINE je najčistija i vodi razumijevanju sopstvenog postojanja i odnosa sa Bogom. Ljudi ove gune vide pravu prirodu stvari, posvećeni su samospoznaji i duhovnosti, teže životu bez nasilja, skladu i harmoniji, jer su spoznali da su vječni i da ne treba da se vezuju za ono što je prolazno. Vole klasičnu muziku uzvišenih osjećanja, molitvenu i transcendentalno smirenu. Po izboru hrane su vegetarijanci.

Rezultat : sreća.

*

Kad budem malo mrtav, pobjeći ću im sa jelovnika.

(Emir Kusturica)

*

ONIKOFAGIJA (grickanje noktiju) je poremećaj kontrole impulsa, koji se javlja u petoj, sedmoj ili jedanaestoj godini života, ponekad i u adolescenciji, čak kod 40-60% djece, podjednako kod dječaka i djevojčica.

Razlozi nastanka onikofagije su :

- dosada
- umor
- nesigurnost
- odraz nervoze
- problemi u razvoju (plašljivost, stidljivost, razdražljivost, ADHD, noćno mokrenje, ugledanje na roditelje)
- stres

Moguće posljedice :

- infekcije nokata
- problemi sa zubima (loš zagrižaj ili položaj zuba)
- češće respiratorne i crijevne infekcije

Terapija :

- ljubav
- strpljenje
- nježnost (razgovor, maženje, pažnja)
- vrijeme
- sport, ples i druge fizičke aktivnosti
- motivacija za prestanak (nagrada !)
- spontani prestanak onikofagije (kada se preraste potreba za tim)

(Život plus)

*

„**DEBELI SAT**“ je doba dana kada smo najranjiviji i najmanje sposobni da odolimo hrani. Ovo emocionalno prejedanje javlja se najčešće u večernjim satima, i to obično nedjeljom u 19,00 h !

*

**Doktore, zaljubljen sam u sebe.
Da li sam ja gej ?**

(Slobodan Simić)

*

Prirodno je što junački Srbi više vole NE nego DA...
NE je veliko kao bure baruta, a DA je manje od makovog zrna !

(Vitomir Teofilović, „Karavan“)

*

Istraživanja su pokazala da kada smo u društvu nesimpatične i iritantne osobe, mozak sporije radi , remete se procesi u organizmu, što za posljedicu ima glavobolju, nervozu i smanjenu otpornost imunosistema.

Međutim, ovo se dešava samo ako smo sa takvom osobom u slobodno vrijeme, što znači da radne kolege koje ne volimo nisu toliko „štetne“ po naše zdravlje, jer smo mahom fokusirani na naše radne zadatke.

*

Korijeni obrazovanja su gorki, ali su plodovi slatki.

(Aristotel)

*

Oni koji su bežali iz škole, daleko su nam odmakli !

(Rade Đergović)

*

Intelektualci su nekad zaista bili ljudi sa školama, doktoratima i magisterijima.

Danas kad izađete na ulicu, od silnih magistara i doktora nauka
bukvalno ne možete da prođete !

(Prof.Dr Slobodan Nagradić)

*

LOŠE KOMBINACIJE U ISHRANI :

- meso i krompir
- mlijeko i sve drugo osim meda
- kafa i jaja
- zeleno povrće bez skroba i mlječni proizvodi
- voće i bilo šta drugo

*

**Uzimanje vitamina C kao suplementa posješuje
stvaranje oksalatnih kamenaca u bubregu !**

(Švedsko istraživanje)

*

U Srbiji danas živi dvadesetak nacija. I nekoliko vrsta Srba.

(Rade Jovanović)

*

O POLJUPCIMA :

Poljubac je najstariji vid komunikacije između ljudi i pokazuje ljubav, nježnost i naklonost, ali i utjehu, poštovanje i saosjećanje.

**Svakome je potrebno bar 4 poljupca dnevno
da bi izdržao stresni dnevni ritam i sačuvao zdravu psihu.**

- **Prijateljski poljubac** u obraz prilikom susreta znak je bliskosti, pogotovo kada osoba koja ga upućuje dlanovima obuhvati obaze onog koga ljubi.
- **Poljubac u čelo**, naročito djece, je zaštitnički gest. Ova djeca se kasnije razvijaju u jake ličnosti.
- **Poljubac u oko** je najromantičniji jer budi jake emocije i raspaljuje čula.
- **Poljubac u ruku** znak je poštovanja, a ponekad i romantičnih namjera.

Zagrljaj liječi samoću, tugu, nemoć, pruža ljubav i utjehu i predstavlja najdublje prihvatanje. Zagrljaj je prijatan čak i od potpuno nepoznate osobe.

*

Današnji 30-godišnjaci „biološki“ su barem 15 godina stariji od ranijih generacija u tridesetoj.

Današnji 40-godišnjaci imaju probleme (art.hipertenzija, diabetes mell, gojaznost, stres) koji su starije generacije mučile tek od 55.godine života.

(Nacionalni institut Holandija)

*

Žene su svadljivije od muškaraca, izdržljivije u verbalnom duelu i barataju većim brojem uvreda, jer imaju više i prigovora.

One u svađi pokazuju pokorne emocije (razočaranje, nemoć, iznevjerjenost), a muškarci prezrive (bijes, gnijev).

*

HIRUDOTERAPIJA je liječenje pijavicama, koje injeciraju oko 500 enzima direktno u krv pacijenta. Ova terapija podmlađuje, liječi stres, sterilitet i mnoge druge bolesti i stanja.

*

Bilo bi bolje da su naši stari umesto kuće nasred druma
sagradili naplatnu rampu.

(Dragomir Đurđević)

*

PARACETAMOL je analgetik i antipiretik, ali može da ublaži i simptome emocionalnog bola, tjeskobe i egzistencijalnu strepnju u svakoj nepredvidivoj i iznenadujućoj situaciji.

(Univerzitet Britanska Kolumbija)

*

Preparati biljke DŽAVOLJA KANDŽA (Harpagophytum procumbens) smanjuju upale i reumatske tegobe, oporavljaju hrskavice, normalizuju povišenu temperaturu, smiruju centralni nervni sistem i poboljšavaju probavu.

Smatraju se najboljom prirodnom zamjenom za ibuprofen i kortikosteroide u reumatologiji. Primjenjuje se u kapsulama u dozi od 50 mg., u vidu čaja ili tinkture (2-3 x dnevno) ili gela za spoljnu upotrebu.

Priprema čaja: 1 kk suvog korijena džavolje kandže stavi se u 4 dl vode i ostavi da ključa 20 minuta, potom procijedi i pije.

Kontraindikacije: čir na želucu i trudnoća.

*

Spomenik Neznanom junaku na Avali podignut je 1938. godine i djelo je vajara Ivana Meštrovića. Ta vrsta spomenika podignuta je za sve prošle i buduće neznane junake. Oni su bezimeni zato što su bezvremeni.

(Dubravka Stojanović, istoričar)

*

Ja dajem i Bog meni daje. Uostalom, mislim da dajemo da bismo i sebe usrećili.

Ako postojim zbog nekoga, život ima smisla.

Kada pomažem deci, ja grejem svoje srce i pobedujem samoću.

Svako dete je i moje dete.

(Katarina Nešić, penzionerka, donator Fonda humanosti Večernjih novosti)

*

**Čim predamo Kosovo, prestaće da prokišnjavaju operacione sale,
pokradeni šahovi će se sami vratiti na svoja mesta, a
na domak ruke nam je čak i datum.**

(Matija Bećković, akademik)

*

Samoća boli, ali ne toliko kao lažna druželjubivost.

(Teodor Fontane, pisac)

*

Supružnici koji žive u srećnom braku ne paze na liniju, jer nemaju motiv da sreću traže na nekom drugom mjestu. Svaki dodatni bod na skali zadovoljstva brakom je praćen porastom indeksa tjelesne mase (BMI) za 1/10 jednog boda BMI na svakih 6 mjeseci !

*

Muškarci imaju najviše samopouzdanja u seksu između 50. i 69. godine života, a žene između 18. i 29. godine.

Muškarce sa sijedom kosom okolina uglavnom doživljava kao „ugledne“, a sijede žene kao „stare“.

*

Beskorisno je čovjeku sa predrasudama dokazivati neopravdanost njegovih predrasuda.

(Ivan Turgenjev, pisac)

*

Obezglavljeni svakom pružaju ruku.

(Živojin Denčić)

*

Jedno istraživanje u Velikoj Britaniji je pokazalo :

- 40% žena ne voli pogled partnera na njenom golom tijelu.
- 80% žena smatra da muškarci bolje izgledaju goli, nego one.
- 25% žena smatra da bi se bolje osjećale ako bi njihov partner imao višak kilograma.
- Većina žena misli da su njeni najproblematičniji dijelovi tijela stomak i butine, a muče ih i strije i opuštena koža.
- Svaka 4. žena ne voli veliko ogledalo, da ne bi pala u depresiju.
- 33% žena tvrdi da im se nakon skidanja tjelesne težine poboljšao i seksualni život.
- Žene su po pitanju svoga tijela previše samokritične.

*

NEKAD SE BITKA ZA BEBE ODVIJALA PRSA U PRSA !

(Dragutin Minić Karlo)

*

**Razlika između gluposti i genijalnosti je to što
genijalnost ima svoje granice.**

(Albert Ajnštajn, fizičar)

*

VEZA (stariji muškarac/mlađa žena) I RAZLOZI

- mlađe žene starijem muškarcu su seksualno privlačnije i zabavnije, jer ih oni doživljavaju kao slobodoumne, energične i poletne
- uz mlađu ženu se i sam muškarac osjeća mlađim i manje razmišlja o smrti
- sa mlađom ženom muškarac nema opterećenja problemima starije žene
- potreba za povezanošću i kod mlađe žene i kod starijeg muškarca je osnovni razlog za međusobnu privlačnost i ostvarivanje veze

Napomene :

Mlada žena ima veću potrebu za povezanošću, iako želi i karijeru, a mlađi muškarac da bude značajan i uspješan. I tu nastaje konflikt : mlada žena želi više intimnosti i vezu, a mlađi muškarac bolju karijeru i veći društveni značaj.

U srednjim godinama dolazi do preokreta : muškarac shvata da je spiskao mladost u potrazi za moći i značaju, a zanemario porodični život. Umoran od životne trke, traži nešto više od veze.

Starija žena je umorna od zanemarivanja sebe i stavljanja u prvi plan muža i(već odrasle) djece, i spremna je da se posveti školovanju ili karijeri, koju je i zapostavila zbog porodice

Prema tome, stariji muškarac i mlada žena dijele istu potrebu za povezanošću, pa su kompatibilni : on počinje da razmišlja o zasnivanju porodice s njom da bi „ovoga puta uradio sve kako treba“.

(Kim Olver „Tajne srećnih parova“)

*

Vijagru (sildenafil) ne bi trebalo „preventivno“ da uzimaju zdravi muškarci, jer tako mogu izazvati trajni poremećaj erekcije !

(Udruženje urologa Velike Britanije)

*

**Vibrator je epohalan pronalazak.
Zamenjuje tri crnca !**

(Zoran T.Popović)

*

Pobrinite se da dobijete ono što volite,
inače će vas prisiliti da volite ono što dobijete.

(Džordž Bernard Šo, dramski pisac)

*

**Ulje indijske konoplje (Cannabis sativa indica) je
najbolji zabranjeni lijek za sve bolesti !**

Kanađanin RIK SIMPSON se ovim lijekom izliječio od raka kože i od tada već 10 godina pomaže drugima da se i oni izlječe od mnogih bolesti, naročito od raka. THC je aktivni sastojak indijske konoplje koji aktivira biološke mehanizme čovjeka i dovodi do izlječenja mnogih bolesti kao što su: alergije, astma, multipla skleroza, AIDS-a, Kronove bolesti, dijabetesa, glaukoma, Parkinsonove bolesti, PTSP, depresije, shizofrenije, artritisa i drugih oblika reume, hroničnog umora, nekih infekcija, ekcema, psorijaze i raznih vidova raka.

SIMPSON ulje pravi od PUPOLJAKA ŽENSKE biljke indijske konoplje i ono sadrži dovoljan procenat ljekovitog aktivnog principa THC, za razliku od industrijskog ulja dobivenog hladnim cijeđenjem sjemenki konoplje, ali koje ne sadrži dovoljno THC-a !

Od Simpsonovog ulja niko nije umro niti je postao ovisnik !

Recept za izradu ulja po Simpsonu :

www.phoenixtears.ca

*

ČISTE RUKE SPASAVAJU ŽIVOT.

*

Muškarci imaju generalno veće oči, a žene veće beonjače i to koriste u zavođenju.
„Širom otvorene oči“ aktiviraju mušku pažnju i - hormone.

PLAVE OČI imaju atraktivne i harizmatične osobe koje bi sve učinile za ljubav.

SMEĐE OČI srećemo kod kreativnih, strastvenih, emotivnih, porodičnih osoba, koje su jako vezane za djecu. U ljubavi su dominantni i dobri ljubavnici.

ZELENOOKE osobe su radoznele, sklone brzom vezivanju i ljubomori. Zavode, flertuju i u ljubavi eksperimentišu.

SIVE OČI imaju izbirljivi, prefinjeni, nježni, odani i u ljubavi zreli partneri. Nikada se ne kaju zbog svog izbora.

*

- Koja se vrsta ljudi razmnožava bez seksa ?
- Penzioneri !

*

Teški ljudi („nedokazani“) su oni do kojih ne dopire ono što im se govori i koji ne primjećuju na koji način povređuju druge ili im čak nije ni stalo do toga da li nekoga povrjeđuju. Teški ljudi imaju komunikacione stavove usmjerene na manipulaciju drugima i stvaranje doživljaja neravnopravnosti u odnosu s njima. Ako ispunimo njihova očekivanja osjećaćemo se poniženo i frustrirano, dok oni uspijevaju da „uvijek istjeraju svoje“.

Najčešći tipovi teških ljudi :

„**KRITIČARI**“ znaju da uoče problem, ali ne umiju konstruktivno da ga riješe. Ispoljavaju ljutnju, bijes ili prezir („ja sam u redu, ti nisi“) i tako izražavaju svoju moć. Misle da su veliki borci za pravdu, a nekonstruktivnim kritikama izazivaju konflikte !

Preporuka: Sa takvima ne ulaziti u konflikt, uvijek ih pažljivo saslušati i pobijati konstruktivnim prijedlozima i konkretnim primjerima.

„**NEGATIVISTI**“ su poznati po frazi „Nema šanse !“ i stalno „dobronamjerno“ obeshrabuju ljudi. Usmjereni su na potencijalne teškoće, a ne na cilj. Nisu spremni na rizike, a zavidni su onima koji to jesu.

Preporuka: Ne dozvolite im da vas pokolebaju i ne dokazujte im ko je u pravu. Korisni su jer mogu da ukažu na stvari na koje treba obratiti pažnju i to samo kao upozorenje, a ne kao obeshrabrenje.

„**SVEZNALICE**“ zahtijevaju da radite kako oni misle da treba i nikako drugačije. Samopouzdani su, narcisoidni i niko im ne treba. Djeluju hladno, kompetentno i kompetitivno, kod drugih ubijaju kreativnost ne dozvoljavajući im da kažu šta misle. Pored „sveznalica“ ljudi se osjećaju obeshrabrenim i nesposobnim.

Preporuka: Ne konfrontirajte se s njima, već im postavljate promišljena pitanja predočavajući im alternativna rješenja. Ako imate takvu osobu za šefa, pustite „buldožera“ neka bude ekspert !

„**NEODLUČNI**“ stalno mijenjaju mišljenje, teško donose odluke, žele da udovolje drugima, podložni su negativnim emocijama kao što su uvrijeđenost i napuštenost.

Preporuka: Pomažite im kako znate i umijete.

„**FOLIRANTI**“ su nasmijane, pretjerano prijatne i ljubazne osobe koje daju nerealna obećanja, govore ono što želite da čujete, izbjegavaju kritiku i konflikte. Žele da se svima dopadnu.

Preporuka: Recite im da ćete ih više cijeniti ako su iskreni.

„**HLADNI**“ su teške osobe za koje nikada ne znate šta misle, uvijek odgovaraju samo sa da ili ne bez očekivanog emocionalnog odgovora, što često u odnosima stvara napete situacije.

Preporuka: Budite s njima stripljivi i isprovocirajte ih otvorenim pitanjima !

(Život plus)

*

Na pravoj ženi leži kuća, a na pravom muškarcu žena !

(Rade Đergović)

*

Jedno istraživanje na 50 000 ispitanika je pokazalo:

- većina smatra da je idealna visina za ženu 175 cm, a za muškarca 188 -190 cm
- muškarci smatraju da je idealna razlika u visini između žene i muškarca 7cm, dok žene smatraju da je to 20 cm
- za žene su visoki muškarci poželjniji, jer izgledaju muževnije i odaju sigurnost
- samo 7% parova su oni u kojima je žena viša ili su partneri iste visine

*

www.onkonet.rs

*

Bol u krstima je bolest modernog doba i do skora se smatralo da nastaje zbog nepravilnog sjedenja, lošeg držanja tijela, podizanja tereta, a u 80% slučajeva se i ne zna direktni uzrok.

Danski istraživači su otkrili da je u pitanju – infekcija anaerobnom bakterijom PROPIONIBACTERIUM ACNES, a koja živi u folikulima kose i kod korijena zuba. Kada se ova bakterija „preseli“ u blizinu dislociranog diskusa nastaje upalni proces zbog oslobođanja propionske kiseline, iritacije nerava i mikrooštećenja kičmenog pršljena. Liječenje je antibiotsko, a zbog slabog krvnog dotoka krvi u diskuse, traje do 3 mjeseca !

*

Šta su današnja deca ? Ljupki, neodoljivi monstrumi koji sa dve godine tapkaju po tabletu i puštaju sebi spotove, crtaće i muziku. I sad im otmemimo elektronsku igračku i pustimo „Poletarca“ ili „Neven“! Probajte. Nema više takve dece, a nema ni onakvih pisaca.

(Aleksandar Tijanić, direktor RTS)

*

**U policiji nemaju anestetik.
Nije policajac zubar pa da ne boli.**

(Ninus Nestorović)

*

Balkanski narodi su u vrhu liste najtolerantnijih.
Kolju se za prvo mesto.

(Miodrag Stošić)

*

Na emocije najviše utiču hormoni, pa shodno tome
razlikujemo sljedeće tipove ljudi:

DOPAMIN osobe – ISTRAŽIVAČI

Radi se o optimističnim osobama vedrog i radoznalog duha, društvenim i komunikativnim, otvorenim i spremnim da prave životne promjene. Vole putovanja, provode i kreativan rad. Zaljubljive su prirode, idealizuju ljude, ali se brzo i hlađe. Najviše im odgovaraju partneri dopaminskog tipa.

SEROTONIN osobe – GRADITELJI

To su umjerenije osobe od dopaminskog tipa, šire pozitivnu energiju, spajaju ljude i predstavljaju temelj u svojoj sredini i porodici ostvarujući svoju misiju - građenje. U ljubavi su ozbiljni, nesebični i nježni, ostvaruju duge veze. Najbolje im odgovaraju partneri serotoninskog tipa.

ESTROGEN osobe – PREGOVARAČI

To su vrlo impulsivne osobe, sklone promjenama raspoloženja, inteligentne i vještne diplomate, nasmijane, nježne i spremne da pomažu drugima. Sklone su scenama bijesa, plaća, ljubavi i smijeha. Šarmantne su, duhovite i elokventne. Najuspješnije su u poslovima gdje je potrebna vještina pregovaranja. Kao žene su ženstvene, a ako su muškarci djeluju neodlučno i „slabo“. Potreban im je oslonac u životu u vidu dominantnog partnera testosteronskog tipa.

TESTOSTERON osobe – LIDERI

Ako se radi o muškarcu muževan je, a ako je riječ o ženi ovoga tipa, muškobanjasta je.i napadna. Ambiciozni su, sebični, imaju jasne ciljeve i streme prema njima napodištavajući druge.Dominantni su u svakom pogledu i uvijek nastoje da budu prvi – lideri.

(Prof.Dr Helen Fišer, antropolog)

*

MED se ne jede, već se piye rastvoren u mlakoj vodi, čaju, mlijeku ili voćnom soku temperature do najviše 37° C. Uzima se isključivo drvenom ili plastičnom kašikom (nikako metalnom !) uz obavezno zadržavanje u ustima 2- 3 minuta prije nego što se proguta.

(Verica Milojković, apiterapeut)

*

Žali se jedan intrigant:
ja ne mogu nikog da zavadim, ako neće da sarađuje.

(Ranko Guzina)

*

NEPOŽELJNE NAMIRNICE U TRUDNOĆI :

- KAFA – može izazvati abortus ili manju težinu novorođenčeta.
- PLAVI I MEKI SIREVI (bri, gorgonzola) – opasnost od infekcije listerijom, abortusa ili bolesti novorođenčeta.
- NEPASTERIZOVANO MLJEKO – opasnost od trovanja hranom.
- SIROVA I ROVITA JAJA, MAJONEZ, MUS, SLADOLED mogu biti izvor salmonelle. Dobro kuvana i pržena jaja su dozvoljena.
- MESO – sirovo i termički nedovoljno obrađeno mogu biti izvor nastanka toksoplazmoze.
- SALAMA I DŽIGERICA - previše A vitamina može izazvati defektan porođaj.
- RIBE I ŠKOLJKE mogu sadržavati toksične materije (živu, polihlorbifenol, dioksin) ili parazite.
- ALKOHOLNA PIĆA - alkohol krvlju stižu i do fetusa !

*

LED uz vaše piće u kafićima, diskotekama, Burger Kingu, Mc Donaldsu i drugim mjestima može se smatrati pravim higijenskim i zdravstvenim rizikom !
Toaleti se češće čiste nego aparati za pravljenje leda !

*

GAVEZ (*Symphytum officinale*) ili crni korijen, volovski jezik, kilnjak, ima široku primjenu u reumatologiji, a ako se u vidu masti nanosi 2-3 puta dnevno duže vremena (i do godinu dana), uklanja i čukljeve !

*

KOCKANJE spada u najtežu grupu bolesti zavisnosti i teže se lijeći od narkomanije. Npr. dok narkomani uzimaju 1-2 tbl Naltreksona, kockarima je potrebno šest ! Patološki kockari najčešće boluju od depresije (50-75%), zatim art. hipertenzije, infarkta srca, migrena i čira na želucu, a 24% kockara ima sklonosti ka samoubistvu.

(Specijalna bolnica za bolesti zavisnosti Beograd, Ul.Draževića)

*

Ima u jednim ljudima bezrazložnih mržnji i zavisti, koje su veće i jače od svega što drugi ljudi mogu da stvore i izmisle.

Drskost i upornost jesu brat i sestra. Drski i uporni ljudi nikad se ne mogu popraviti u svojim manama i slabostima jer oni i ne primećuju da ih imaju.

Stoga treba od takvih ljudi bežati što dalje.

(Ivo Andrić)

*

VRBOVANJE stranih državljana da rade za CIA (i dr. tajne službe) podrazumijeva da se kroz prijateljski pristup i otkrivanje njegovih slabih tačaka, potencijalni saradnik ubrijedi da ignoriše vlastite stavove o rodoljublju, da prekrši zakone svoje zemlje i postane izdajica.

Potencijalni saradnik mora imati želju za takvom saradnjom i da zna da ne može nikada biti potpuno siguran da neće biti otkriven.

Osnovne ljudske motivacije za saradnju su :

M – (money) – novac

I – ideologija

C - (conscience) – savjest

E – ego

S – seks, ali nije pouzdana tehnika za regrutovanje saradnika.

Špijuniranje je igra u kojoj su agenti gospodari povjerenja, izdaje, straha, ljubavi i mržnje.

(Džejson Metjuz, bivši agent, u knjizi „Crveni vrabac“)

*

Ni lopovima nije lako. Stalno moraju da glume patriote.

(Radojica Becić)

*

**KAD GOD POŽELIŠ DA URADIŠ NEŠTO,
ČINI TO KAO DA TE GLEDA CIJELI SVIJET.**

(Tomas Džeferson, predsjednik SAD)

*

Lijek **CETYLYMYRYSTOLEAT** (CMO) registrovan u SAD, Kanadi, Velikoj Britaniji, za 30 dana „resetuje“ cijeli organizam od svih autoimunih bolesti (RA, Hašimoto tireoiditis i dr.) 60 kapsula košta 30\$.

*

Sve će na kraju biti dobro.
A ako nije dobro, onda još uvijek nije kraj.
(Film „Merigold Hotel“)

*

Najgori doručak je onaj kog nema !

Ko preskače doručak ima manje energije, razdražljiviji je i ima
450% više šanse da postane gojazan i
21% veći rizik da oboli od dijabetesa tip 2.

Drugi najgori mogući doručak je visokokalorični sendvič, jer je
loš za kardiovaskularni sistem, posebno srce.

ZDRAV doručak: zobena kaša sa jogurtom, svježe ili sušeno voće, sjemenke
lana, cimet, stevija i - BEZ konzumnog šećera !

*

**Čudno je kako je malo potrebno da budemo srećni i još čudnije,
kako često nam baš to malo nedostaje.**

(Ivo Andrić)

*

MEDITIRAJTE DVA MINUTA DNEVNO brzo trljajući dlan o dlan, 20-30 sekundi, a onda
dlanove razdvojite i držite ih ispred sebe zamišljajući da držite nevidljivi globus.
Fokusirajte se na osjećaj energije koji se stvorio između dlanova i polako pomjerajte
nevidljivi globus iznad srca i pustite da vam pozitivna energija ulazi u tijelo.

*

Svi podaci koji postoje na Internetu smješteni su i dostupni bilionima elektrona
koji su svi zajedno teški oko 50 gr, otprilike kao jedna jagoda.

*

Kad smo u kontaktu sa prijateljima i članovima porodice tijelo oslobađa oksitocin,
hormon sreće. Čak i komunikacija preko interneta ima isti efekat kao kada pričate
sa dragim osobama uživo.

*

Uzalud su Srbi uvek bili na strani pobednika.
Pobednici nikada nisu bili na strani Srba.

(Rade Jovanović)

*

Ženama treba više sna nego muškarcima, inače su ujutru mrzovoljne i imaju veći rizik za bolesti srca, depresiju i druge psihičke tegobe, neprijateljstvo i ljutnju.
Zbog nedovoljno sna imaju povećanu koagulabilnost krvi i rizik nastanka moždanog udara. Kod muškaraca to nije slučaj.

(Dr Majkl Braus)

*

Čovjek koji razmišlja o osveti stalno povređuje rane koje su mu nanijete.
(Frensis Bekon)

*

PRIJE NEGO ŠTO POĐEŠ DA SE SVETIŠ, ISKOPAJ DVA GROBA.

(Kineska)

*

Osobama slabijeg zdravlja ne preporučuje se odlazak lekaru.

(Miodrag Stošić)

*

SEKS maštarije i KARAKTER muškarca:

- **Dominantna žena** – je znak da je muškarac odrastao uz majku „u pantalonama“, snažnu ženu koja je bila glava porodice.
- **Manekenka/glumica** – je maštarija narcisoidnog muškarca kome je žena samo trofej, a ne ravnopravan partner.
- **„Alfa žena“** – odnosi se na muškarce kojima je novac i moć tabu tema. Maštaju o ženi koja stvara novac, a oni ostaju neukaljani.
- **Porno glumice/stripizete** su maštarije muškaraca koji imaju problem sa bliskošću i čvrstom vezom, plaše se intimnosti, zavođenja i osvajanja zbog straha da neće biti na visini zadatka. Ovakve maštarije su bijeg od realnosti i od samog sebe.

*

Prekomjeran ponos je oznaka sitne duše.

(Turgenjev)

PONOS se izražava zabacivanjem glave, širenjem ruku, trudom da se izgleda viši i sve to začinjeno neprivlačnim smiješkom.

HUBRISTIČKI PONOS je lažni ponos, sujet, znak je nesigurnosti. Manifestuje se diskvalifikacijom drugog i drugačijeg.

AUTENTIČNI PONOS je plemenit, nastaje poslije nekog dostignuća i izražava samopoštovanje.

*

**Ja sam još prije tridesetak godina imao mladu ženu, a
neki moji drugari tek sada !**

(Milan Beštić)

*

MLADO POLJUBITI I BOGATOG ZAKINUTI NIJE GRIJEH.

(Narodna)

*

Drugaricu iz Dramske sekcije večeras vodim na probu !

(Rade Jovanović)

*

POSTOJI 10 FUNDAMENTALNIH EMOCIJA :

1. Interes
2. Radost (zadovoljstvo)
3. Čuđenje (pozitivno ili negativno)
4. Tuga (patnja)
5. Gnijev (bijes)
6. Odvratnost (gađenje)
7. Prezir (nipodištavanje)
8. Užas (strah, prestravljenost)
9. Stid
10. Krivica

Spojem emocija sa nesvjesnim i osviješćenim nastaju osjećanja. Osjećanja su odnos prema nečemu ili nekome : voliš-ne voliš, nadaš se-očajavaš, osjećaš ljubomoru, zavist, grižu savjesti...

Emocija je kratkotrajna, osjećanje je trajno.

- Interes, nada, ljubav, divljenje, zadovoljstvo, radost, ushićenje, zanos, zahvalnost, gantuće – vode u zdravlje !
- Stid, krivica, griža savjesti, kajanje – vode u zdravlje ili u bolest, zavisi od čovjeka.
- Tuga, sjeta, strah, prestravljenost, uzinemirenost, depresija, nezadovoljstvo, gnjev, bijes, mržnja, neprijateljstvo, prezir, zavist, gađenje- vode u bolest duše i tijela.

*

I najmanje dobro djelo koje učinite snažan je lijek protiv stresa, jer pokreće pozitivne emocije.

*

Na proslavi 25 godina od mature ponavljač Ristić je proglašen za đaka generacije, jer je najbolje položio tranziciju.

(Ranko Guzina)

*

Ljudi zijevaju s ciljem da se mozak ohladi, jer širom otvorenih usta sinusi se šire poput balona čime se pumpa vazduh do mozga i snižava njegova temperatura. Zato češće zijevamo zimi, a manje ljeti kada spoljašnji (topli) vazduh ne može da ga hlađi.

Čim neko zijevne, 50% ljudi takođe počne da zijeva.

I psi zijevaju kada vide čovjeka da zijeva !

Zijevanje je „zarazno“ i među drugim životinjama poput šimpanzi, ptica, riba i reptila.

Zijevanje kao društvena pojava povezana je sa empatijom među bliskim prijateljima i srodnicima sa kojima se tako „sinhronizujemo“.

Prosječno zijevamo oko 10 puta dnevno, ali i češće ako smo umorni, nenaspavani, kada smo u stresu ili nam je dosadno. Zijevanje traje oko 6 sekundi tokom kojih se povećava broj otkucaja srca i raste krvni pritisak.

*

Izvrnute činjenice lakše isplivaju na površinu.

(Živojin Denčić)

*

Danas su zlatne ruke one koje imaju najduže prste !

(Rastko Zakić)

*

4 pitanja koja **prof.dr Berni Zigel, onkolog** postavlja svakom svom pacijentu :

- Šta vam se dogodilo u posljednje godinu-dvije dana prije izbijanja bolesti ?
- Šta bolest za Vas znači ?
- Zašto Vam je bolest bila potrebna ?
- Želite li da živite ?

*

ŽENSKI SEKSI SNOVI I NJIHOVO ZNAČENJE :

- Sa šefom : postajete svjesni svoje moći i svojih sposobnosti.
- Sa bivšim partnerom : stari način razmišljanja više ne valja pa ga treba ostaviti u prošlosti.
- Sa kolegom ili prijateljem : divite se njegovim talentima i želite da ih i sami posjedujete.
- Sa strancem : imate skriveni talenat i želite da ga ljudi uoče.
- Sa ženom : bolje se osjećate u svojoj koži i bolje tolerišete druge.
- Nevjerstvo partnera : pod stresom ste i sumnjate u sopstvenu privlačnost.

*

www.stetoskop.info

*

Kada su Budu pitali šta je to grijeh, rekao je da je to sve ono što je suvišno.

*

ŽENE kada plaču šalju i hemijske signale koji utiču na ponašanje muškaraca – smanjuju mušku agresivnost, nivo testosterona i seksualnu želju.

„Plačljivice“ ipak odbijaju partnere od sebe.

(Dr Noam Sobel, Institut „Sajens“ Izrael)

*

Ne voliš da budeš na smetnji,
ne voliš da te neko krivo pogleda,
ne voliš da ti neko krvu reč kaže.
Kako onda misliš da živiš ?

(Meša Selimović, pisac)

*

ŽIVOT NIJE VEZAN MAŠNICOM, ALI JE IPAČ POKLON.

*

Onore de Balzak je pisao bez pauze i po 48 časova, a
budnost je održavao velikim količinama turske kafe.

Viktor Igo („Jadnici“, „Zvonar Bogorodične crkve“ i dr.) pisao je go,
jer ga je to jedino tjeralo da i završi ono što piše.

Ernest Hemingvej je pisao stojeći za pultom u papučama većim za nekoliko brojeva.

Branko Ćopić je prije pisanja dugo šiljio olovke, a zatim pisao u obične đačke sveske i
po potrebi brisao običnom đačkom guminicom.

Um je kreativniji od tehnologije, koja služi samo da se napisano djelo finalizuje i prekuca.

*

Žene koje su potpuno posvećene karijeri imaju znatno lošiji ljubavni život od onih
koje nisu toliko usredsređene na posao. **Karijeristkinje** su manje privlačne zbog
povišenog nivoa kortizola (hormon stresa) u krvi, a koji loše utiče na zdravlje i
potencijalnu plodnost.

Muškarci su programirani tako da ih više privlače zdrave žene koje
mogu da im podare potomstvo, nego one pod stresom.
Sreća je što na stres možemo da utičemo i da ga svedemo na minimum.

(Dr Markus Rantela)

*

Zakonom obavezne vakcine, koje se daju u ranom djetinstvu, sadrže aditiv na bazi žive,
(**timerosal**), optuživane su da izazivaju autizam.
Dr Laura Hjuston je na Univerzitetu u Pittsburghu obavila vakcinisanje makaki majmuna,
nakon čega je i kod njih zapažena pojava autizma !

*

**Ako želite lijepo vaspitano dijete, potrošite na njega duplo manje novca i
duplo više vremena.**

Iako je glavni cilj kampanje o pravima djeteta bio da djecu zaštiti, mališani su postali razmaženiji. Pored prava, dječa treba da znaju i za obaveze i odgovornosti, i tu ne smije da bude popuštanja !

Razmaziti dijete ne znači maziti ga, ljubiti, pokazivati ljubav i nježnost, već mu pretjerano pomagati, štititi ga i usmjeravati da se oslanja isključivo na druge osobe i tako ga sprečavati da uči na sopstvenim iskustvima.

*

CELULIT nije debljina već oštećeno masno tkivo uslijed nedovoljne cirkulacije i drenaže u zahvaćenim dijelovima tijela. Podsjeća na narandžinu koru i nije povezan sa gojaznošću, ali jeste sa genetikom.

Aerobne vježbe u trajanju od 30-60 minuta, pet puta nedjeljno, poboljšavaju cirkulaciju i drenažu, pa koža može izgledati ljepše.

Zdrava ishrana takođe pomaže, ali ne garantuje da nećete nikada imati celulit.

Liposukcija je rizična i traumatična da bi uspješno riješila problem zvani celulit !

*

BOJ DŽORDŽ, frontmen benda „Culture Club“, skinuo je oko 20 kg tjelesne težine. Sada izgleda prepolovljeno i znatno mlađe, zahvaljujući ovom, svakom dostupnom receptu:

- Razmak od 5 sati između obroka.
- Bez šećera, hljeba i tjestenina.
- Bez kafe ili čaja, osim uz obrok.
- Obična ili mineralna negazirana voda isključivo između obroka.

*

Nekritična upotreba i surfovanje na internetu loše utiču na raspoloženje korisnika i baš kao i kod zavisnika od droge, popravlja se kada se ponovo konektuju na internet.

(Prof.Dr Fil Rid)

*

Bog čuva Srbiju, pandur čupriju, a budala pare.

(Momo Kapor)

*

Bosna je zemlja inata u kojoj svi sve čine koliko da bi sebi ugodili,
toliko i da bi komšijama napakostili.

(Ivo Andrić)

*

Diferencijalno roditeljstvo predstavlja favorizovanje jednog djeteta u odnosu na drugu djecu i može da naruši cijelu porodicu, utičući na mentalno zdravlje svih. Djeca iz takvih porodica kasnije imaju više problema sa pažnjom i u društvenim odnosima.

Diferencijalno roditeljstvo povezano je sa siromaštvom, zlostavljanjem i mentalnim bolestima. Majke pod dugotrajnim emocionalnim i finacijskim stresom rjeđe su bile fer prema svojoj djeci.

(Prof.Dr Dženi Dženkins, psiholog,Toronto)

*

Ako žena prije začeća doživi ozbiljan psihički stres (smrt bliske osobe, tešku bolest i sl.), velika je vjerovatnoća da će roditi djevojčicu !

*

VISOKE POTPETICE (štikle od oko 15 cm) na žene djeluju kao afrodisijak, izdužuju im tijelo i noge, podižu zadnjicu, ističu ženstvenost, seksepil i jačaju libido, jer je položaj stopala u štiklama isti kao za vrijeme orgazma.

(Kristijan Lobutin, dizajner cipela)

*

Na svaka 2 sata gledanja televizije rizik za bolesti srca se povećava za 15%, dijabetesa za 25%, a broj spermatozoida opada za 44%.

Jedno alkoholno piće produžava život za 30 minuta, a svako sljedeće ga skraćuje za 15 minuta !

*

Najbolji način da uništite jedan narod je da poričete i uništite njegovo razumijevanje sopstvene istorije.

(Džordž Orwel)

*

Kada moć ljubavi nadvlada ljubav ka moći,
svijet će upoznati pravi mir.

(Džimi Hendriks, muzičar)

*

PJEVANJE podstiče osjećaj samosvijesti, jača imunološki sistem, oslobođa od psihoemotivne napetosti, budi životnu radost, aktivira proces samoiscjeljenja, budi parasympatikus i usporava srčani ritam („unutrašnji džoging“), a mozgu obezbjeđuje pravi koktel „hormona sreće“.

*

**Muzika nekog oplemenjuje, a nekog izbezumljuje.
Zavisi od žanra.**

(Ranko Guzina)

*

STRAZBURŠKA POVELJA O MANJINSKIM JEZICIMA kaže
da se u manjinske jezike ne mogu, niti smiju uvrštavati jezici
koji su podudarni sa većinskim jezikom.

(Prof. Dr Miloš Kovačević, lingvista)

*

Domaći lijekovi „protiv hipertenzije“ :

1. ljuta paprika u jelu
2. sok od kokosa smanjuje krvni pritisak i to sistolni za 71%, a dijastolni za 29%.
3. kurkuma (đumbir) zajedno sa biberom smanjuje povišeni krvni pritisak.
4. bijeli luk
5. sirovi bademi i orasi

*

- Tokom svog života čovjek zijeve ne oko 250.000 puta.
- Zijevanje ne nastaje zbog umora ili dosade, već radi razbuđivanja.
- Zijevanjem se širi dušnik, povećava dotok vazduha u pluća, a time i kiseonika u krv, što rezultira povećanjem budnosti i koncentracije.
- Od ukupne količine kiseonika koju čovjek udahne, 20% odlazi u mozak !

*

Na ispitu sam kovertirao odgovor.

(Milan R.Simić)

*

Čaj od lista maline opušta glatke mišiće pa se ženama sa bolnim menstruacijama preporučuje 1-2 dana pred menstruaciju i trudnicama tokom 6 nedjelja pred porođaj, da bi sve proteklo bezbolno i bez drugih problema.

(Alternativa za vas)

*

FRIŽIDER i pravilno čuvanje namirnica :

Vrata	5 – 15° C	Jaja, maslac, mlijeko, prelivи за salate, pićа
Gornja polica	2 – 3° C	Meso, riba, suhomesnati proizvodi, majonez, kuvana jela, domaći sokovi
Srednja polica	3 – 6° C	Pavlaka, jogurt, bijeli sir, torte, kolači, teglice sa sosovima, konzerve
Donja polica	6 – 8° C	Tegle džema, turšija, smrznute namirnice radi odmrzavanja
Ladica za povrće	8 – 10° C	Voće, povrće, tvrdi sirevi

*

- SUZE su prirodna odbrana tijela protiv hormona stresa.
- Plakanje prati pojačana aktivnost parasympatičkog nervnog sistema da se smiri tijelo nakon stresnog događaja
- Suze smanjuju alergije, ublažavaju bolove kod reumatoidnog artritisa i regulišu stanje imuniteta.
- Plakanje povećava nivo oksitocina (hormon sreće) koji sprečava otpuštanje kortizola.
- Žene plaču više, a kod teških životnih događaja oba pola plaču podjednako.
- Muškarci češće plaču zbog pozitivnih događaja, a žene negativnih.
- Testosteron suzbija potrebu za plakanjem, dok hormon prolaktin kod žena podstiče saosjećanje i suze.
- Muškarci koji plaču imaju veće samopouzdanje od onih koji se suzdržavaju.
- Empatične i neurotične osobe sklone su da lakše zaplaču.
- Neispavanost i alkoholna pićа smanjuju kontrolu nad osjećanjima i reakcijama na neprijatne doživljaje.

(Univerzitet Indijana)

*

Vrijedniji je gram iskustva od tovara teorije.

(Fridrik Niče)

*

U dobrom braku supružnicima se šestomjesečno BMI povećava za 0,12.

*

ZA „POPRAVKU PAMĆENJA“ :

- Šetnja u prirodi popravlja prisjećanja za 20%, a djelotvorno je čak i gledanje fotografija sa motivima iz prirode.
- Bolje je učiti odjednom, nego postupno uz duže vježbanje. Npr. bolje je da teniser istog dana isproba servis, forhend i bekhend, nego da se svaki od ovih udaraca uči po 7 dana.
- Prisjećanja treba obojiti detaljima.
- Čitanje naglas za 10% povećava memoriju.
- Meditacija od 20 minuta dnevno oporavlja energiju i popravlja memoriju.
- Ljudi bolje pamte riječi koje neko izgovara gestikulirajući.
- Preporučuje se nekoliko puta mjesечно, bar po 20 minuta, pisati o doživljaju koji je na nas ostavio jak utisak, i već nakon 5 nedjelja opšte pamćenje će biti bolje.

*

Vozači kada su prehlađeni moraju biti svjesni opasnosti od saobraćajnog udesa zbog sljedećih činjenica :

- Kijanje skreće pažnju sa puta i do 3 sekunde !
- Prilikom kijanja oči se refleksno zatvaraju.
- Prehlada usporava reakcije vozača koliko i 4 krigle piva ili 8 standardnih pića.
- Prehlađen vozač sporije reaguje za 36 milisekundi, a zdrav vozač pod dejstvom alkohola za 15 milisekundi.

(Univerzitet Kardif)

Zaključak: Za volanom je bolje uvijek biti zdrav i nikada pijan !

*

Kad me je unuka pitala, šta bih poželeo za Novu godinu a da nije skupo,
odgovorio sam joj da je to nešto što ne zavisi od nje ;
da poživim dok Srbija ne uđe u EU. Dakle, živeo bih preko 100 godina...

(Dejan Mijač, reditelj)

*

Zaboravili smo svoje nevine žrtve.
Vreme leči sve.

(Milan Simić)

*

Ako bi Srbija sutra morala da pristupi Evropskoj uniji, to bi bio veliki gubitak za čovječanstvo. Tako bi se izgubio način života gdje su časovnici mekši nego na Dalijevim slikama, gdje žene sanjare više od gospođe Bovari, gdje su muškarci hrabriji od vuka uhvaćenog u kljusu, kad sebi otkida šapu da bi se oslobodio...

(Oskar Frajzinger, pisac i poslanik u Parlamentu Švajcarske)

*

Oni koji su nas doveli dovde, odvešće nas još dalje.

(Milovan Vitezović,pisac)

*

„Pravi kavijar je samo ruski, a sve ostalo je riblja ikra !“

KAVIJAR (pers. Khav-yar = kolač snage) je usoljena ikra ribe ili drugih morskih životinja i sadrži mnogo vitamina i minerala, a malo kalorija. Ne smije se čuvati na vazduhu niti zamrzavati.

Služi se kao predjelo ili uz doručak, isključivo sa srebrnim escajgom.
Zbog socijalnog aspekta i cinka kojim obiluje, smatra se afrodisijakom.

Najbolje vrste su biserno crni od ikre jesetre iz Volge i crveni od lososa.

Prodaje se po cijeni od 3000 \$/kg.

*

Kada su ljekari predložili arhimandritu Natanailu da mu ugrade pejs-mejker, on je zamolio igumana da to ne čine, riječima:

„Oče, zamislite, moja duša želi da ode Bogu, a neki mali električni uređaj je na silu vraća u tijelo. Pustite moju dušu da ode u svoje vrijeme.“

(Arhimandrit Tihon, „Nesveti i sveti“)

*

PSIHOTERAPIJA (liječenje duše) je složeni postupak pružanja psihološki pomoći, zasnovan na određenoj teoriji i tehniци, i sastoji se u planskom i sistematskom, verbalnom i neverbalnom uticaju terapeuta na klijenta. Cilj je da se on oslobodi simptoma, oduči od patološkog načina doživljavanja i nepoželjnih obrazaca ponašanja, ali i da se izazove pozitivna promjena ličnosti.

Psihoterapija može da bude površinska, simptomatska i usmjerena je na uklanjanje simptoma, i dubinska, kauzalna, koja uklanja patogene uzroke i mijenja strukturu i dinamiku ličnosti.

Psihoanaliza je terapeutski koncept koji podrazumijeva eliminisanje uzroka koji su doveli do određenih simptoma, uključujući spoznaju i duboku restrukturaciju ličnosti.

Geštalt psihoterapija se rukovodi principima „dobre forme“ u mentalnom smislu i uspostavljanjem izgubljene ravnoteže i dinamičke restrukturacije ličnosti.

Transakciona psihoterapija proučava različita ego stanja u našoj ličnosti (roditelj, odrasli, dijete) i u načinu na koji komuniciramo sa drugima.

Psihodrama se zasniva na uvjerenju da je klijentu korisnije da svoje probleme verbalno izrazi i dramski odigra pred publikom.

Egzistencijalistička psihoterapija ima za cilj razumijevanje svijeta konkretnе osobe uz preispitivanje odgovornosti, identiteta, smisla života i raznih osjećanja (strah, krivica, nada).

Bihevioralna psihoterapija polazi od pretpostavke da su simptomi pogrešno naučeni, pa se učenjem mogu i otkloniti, tj. pomaže da klijent prepozna i koriguje pogrešne i iracionalne obrasce ponašanja.

Sistemska porodična terapija porodicu shvata kao otvoren i dinamičan sistem pa se na probleme klijenta gleda kao na disfunkciju porodice u cjelini.

Hipnoza je postupak uvođenja klijenta u stanje duboke relaksacije i uz određene instrukcije aktiviranje dijela nesvjesnog.

EMDR (Eye Movement Desensatiation and Reprocessing) je efikasan metod otklanjanja traumatičnih iskustava.

Psihoterapijska seansa počinje razgovorom (procjenom), upoznavanjem klijenta i terapeuta, zatim psihološkim testiranjem i odabirom cilja, plana i strategije kao i metoda i tehnike koji će voditi željenom ishodu.

(Milica Zarin, psiholog)

*

**Moderna žena je kao moderna država.
Održava odnose sa svim susedima !**

(Radmila Mićković)

*

Lako sam se oslobođio viška kilograma.
Razveo sam se.

(Slobodan Simić)

*

TAKOTSUBO KARDIOMIOPATIJA ili stresno oboljenje srca podrazumijeva srčane probleme vezane za gubitak voljene osobe (prekid veze, smrt partnera) i ima sve odlike srčanog infarkta (Ekg promjene i pozitivni laboratorijski testovi). Međutim, ovdje srčane arterije nisu blokirane kao kod klasičnog srčanog infarkta, niti se kasnije na Ekg-u uočavaju ožiljne promjene. Bolest se tretira analgeticima i sedativima i prolazi za 4-6 nedjelja bez posljedica.

* Takotsubo je vrsta japanskog pretis lonca, po kome je i nazvana ova srčana bolest nastala zbog emocionalnog pritiska.

*

Muškarce privlače žene sa stavom, samostalne i sigurne u sebe (ističu atribute i kad nisu idealno građene !), koje znaju šta hoće i to pokazuju, koje imaju smisla za humor (odraz inteligencije), koje su emotivne, iskrene i znaju da brinu o muškarcu u svakom pogledu i nikad ne zvocaju.

Žene privlače muškarci koji su uspješni u poslu i u ljubavi, koji su duhoviti i znaju da majstorišu po kući (popravka električnih uređaja, montaža, otpuštanje odvoda i dr), koji oprezno voze kola, znaju da kuvaju, a ako se još dobro snalaze i sa finansijama (zarada/potrošnja) – onda je to pun pogodak (bingo) !

*

**Ako želite da nešto bude lijepo rečeno, angažujte muškarca.
Ali ako želite da nešto bude urađeno, angažujte ženu !**

(Margaret Tačer, političarka)

*

Žena je stub kuće.
Zato ne sme da mrdne od kuće.

(Vitomir Teofilović)

*

Veštica danas ima na sve strane, ali nijedna metlu u ruke da uzme !

(Ninus Nestorović)

*

GOVOR SMIJEHOM

- Smijeh koji podsjeća na bebin plač otkriva nervoznu osobu, a blago razvučene usne ukazuju na tugu i pretvaranje.
- Iskren osmijeh karakterišu sužene oči i otvorena usta.
- Sakriven i potisnut osmijeh imaju suzdržane osobe.
- Glasan smijeh karakteriše impulsivne osobe.
- Dubok, spontan i glasan smijeh sa rukom preko usta je pokušaj sakrivanja sramote.
- Bučan smijeh u visokim tonovima sa nekontrolisanim izrazima lica je odlika realnog, zabavnog i društvenog čovjeka.
- Visok, kreštav i preširok smijeh je neprirodan i odražava osobu koja želi da je primjećena i da joj se okolina divi.
- Potisnut smijeh je tih i upućuje na osobu koja radi u kontrolisanim uslovima. Suzdržavanje od smijeha se loše odražava na psihu.
- Prikriveni osmijeh sa naduvenim, crvenim licem nastaje kada se u neprikladnoj situaciji nastoji sakriti smijeh zbog osjećaja krivice ili neposlušnosti.
- Smijuljenje je znak stidljivosti.
- Smijeh sa zadrškom, dok se drugi još nisu nasmijali, znak je da nešto i nije smiješno, ali se eto, smije zbog drugih.
- Namješten osmijeh je propraćen poluotvorenim ustima, ali ne i zvucima. Nastaje iz pristojnosti ili radi fotografisanja.

(Džudi Dzejms, komunikolog)

*

U seksu nema kolektivne odgovornosti.

Tačno se zna koji je organ podbacio !

(Mijo Miranović)

*

Naša sudbina na zemlji je sva u borbi protiv kvara, smrti i nestajanja.
Čovjek je dužan da istraje u toj borbi i onda kada je potpuno bezizgledna.

(Ivo Andrić)

*

**Pali svijeće, koristi lijepu posteljinu, nosi lijepe stvari...
Ništa ne čuvaj za specijalne prilike. Danas je specijalna prilika.**

*

Nekad su lijepe žene prolazile kroz grad. A sada idu iz ruke u ruku.

(Jelena Kujundžić)

*

**Ne treba mi ništa !
Toga najviše imam.**

(Stevo Bzdilik)

*

BRUNO GROENING (1906-1959), iscjelitelj beznadežnih bolesnika, za sebe je tvrdio da je „transformator koji će pregorjeti“ ukoliko ne bude predavao višak energije bolesnim ljudima, iscjeljujući ih uspješno, pojedinačno i grupno.

„Što više ljudi dođe k meni, ja se bolje osjećam... Neiscjeljivo ne postoji. Bog je najveći ljekar i bolesni treba da u njega vjeruju. Ja nisam ništa, Bog je sve ! Ne budite lakovjerni, uvjerite se sami. U Boga morate vjerovati, a u mene treba da imate povjerenja. Sve drugo je previše za reči. S obzirom da bolest nije ono što Bog želi, treba misliti na to da za Boga ne postoji ništa neizlječivo.“

Groening je energiju kojom je liječio nazivao heilstrom (iscjeliteljska struja), a čovjeka upoređivao sa baterijom, koja svekodnevno troši snagu i treba da se puni. Za to nije dovoljna samo fizička, nego i duhovna hrana.

Kako bi primila iscjeliteljsku struju, osoba treba da sjedi sa dlakovima okrenutim prema gore. Ruke i noge ne treba prekrštati kako bi tok energije ostao neprekinut.

Razmišljanje o bolesti i brige treba odbaciti i misliti na nešto lijepo.

Kada iscjeliteljska struja teče kroz tijelo, ona prolazi kroz sve organe opterećene bolešću i tada dolazi do iscjeljenja.

Ako se jave bolovi, to je znak da se dešava čišćenje tijela.

Danas u 80 zemalja širom svijeta, oko 7000 ljekara radi u udruženjima „Krug prijatelja Bruna Groeninga“ i iscjeljuju bolesnike, bez obzira na vjeru, naciju, boju kože, uz napomenu da treba samo da prime snagu vjere i ostanu u svojoj vjerskoj zajednici, da treba da vjeruju u ono što tamo čuju i da to oživotvore.

Ova udrženja se ne smatraju sektom !

(Treće oko)

*

Kupovina preko interneta

- Nikad ne plaćajte unaprijed, već preko kurirske službe, jer jedino tako možete vidjeti šta ste kupili, pa to platiti ili vratiti.
- Svaka pretjerano povoljna ponuda je sumnjiva !
- Nikad ne navodite lične podatke u porukama koje se šalju navodnim prodavcima, a posebno ne brojeve kreditnih kartica !

*

Gdje je sloga tu je i Božji blagoslov.

*

OSLOBODITE SE TERETA PROŠLOSTI

Odgovorite na sljedeća pitanja:

- Da li postoje osobe koje uvijek konsultujete za svaku vašu odluku i bez čije saglasnosti ne ulazite u emotivne veze ?
Ako ste i dalje sami, to je zato što njihovo mišljenje nije ispravno.
- Kada pomislite na ljude oko vas, kakva se osjećanja javljaju ?
Distancirajte se od svih koji u vama pobude gorčinu, ljuntnju, tugu, bol.

Ovaj test primijenite na širi krug prijatelja, kolega, rođaka, poznanika...

Neku osobu ste preboljeli tek kada vas sjećanja iz prošlosti više ne dotiču, te ako nema više napetosti, jakih emocija, tuge ili ushićenja kad ste zajedno.

*

Niko nikome ne može natovariti toliko muke na vrat koliko može čovek sam sebi.

(Meša Selimović, pisac)

*

BEBAMA je majčino mlijeko i voda i hrana i neizostavna utjeha.
Kad je beba nervozna najlakše ju je smiriti dojenjem.

*

Zbog pretjerane upotrebe interneta korisnike **vreba prerana demencija** pa se mladi ljudi sve više ponašaju kao stari, odnosno imaju slabiju pažnju, sporije uče i pamte, jer služeći se internetom ne koriste se sve funkcije mozga.

Prilikom igranja video-igrica luči se hormon dopamin koji podražuje centre u mozgu odgovorne za nagradu, i to mnogo više nego što se postiže hranom, seksom i druženjem. Zato je teško odreći se ovakvog zadovoljstva.
10% opšte populacije zavisno je od interneta.

*

**Prepreke su one zastrašujuće stvari koje vidiš
kad skineš pogled sa svog cilja.**

(Henri Ford, industrijalac)

*

Povišeni nivo šećera u krvi poslije jela povećava rizik od diabetes mell.tip 2, pa odmaranje poslije obroka je najgora stvar koju sebi možete da učinite !

Kraće šetnje poslije jela utiču na kontrolu šećera u krvi isto kao i jedna duža šetnja. Naime, 3 šetnje od po 15 minuta imaju isti efekat na sniženje šećera u krvi kao i jednokratna šetnja od 45 minuta.

Ovo je naročito korisno za starije osobe, kod kojih je inače, lučenje inzulina iz pankreasa sporije.

(Univerzitet Džordž Vašington)

*

BALIJE su Srbi koji su kasno primili islam i ostali bez privilegija, kakve su imali oni koji su to učinili ranije i za to dobijali zemlju i druga bogatstva, društveni položaj i vlast.

(Haški tribunal)

*

**Gledajući laboratorijske analize jednog modernog slikara, lekar reče :
Čoveče, pa tebi je i krvna slika apstraktna !**

(Ranko Guzina)

*

Na našim prostorima stvari stoje ovako :

- Na 1000 novorođene djece svako četvrt je vanbračno.
- Broj novosklopljenih brakova je za 1/3 manji nego što je to bilo 1980.godine.
- Svaki četvrti brak se razvede, obično u prve četiri godine.
- Žene koje se razvode u prosjeku imaju 39 godina, a muškarci 43.

*

Nije dobro da imamo samo TV guvernante.

(Dušan Radović)

*

Pokušaj da svoje psihološke potrebe zadovoljite novcem je kao pokušaj da viljuškom jedete supu !

Sreću mogu da nam donesu porodica, prijatelji, partner, čak i rad, ali sam novac nikada neće biti dovoljan da nas učini srećnim, jer suština je u odnosima i emocijama, a ne u materijalnim stvarima.

**Potreba za gomilanjem materijalnih dobara dolazi iz potrebe za sigurnošću.
Osnovni izvor nesigurnosti nastaje zbog blokade osnovnih psiholoških potreba,
kao što su autonomija, kompetentnost, bliskost i sigurnost.**

Materijalisti su nesigurne, frustrirane i vječito nezadovoljne osobe, sklone ekstremnim emocijama i konfliktima i shodno tome, kratkotrajnim partnerskim i prijateljskim vezama. Partnera tretiraju kao objekat, a ne kao osobu koja ima osjećanja. Prijatelje koriste za napredovanje u životu i češće se sa njima takmiče, umjesto da sarađuju.

Materijalistički sistem vrijednosti stiče se u adolescenciji u porodicama sa naglašenom kontrolom, bez topline i dovoljne porodične komunikacije ili kada dođe do razvoda roditelja. U tim uslovima mlade osobe postaju narcisoidne, anksiozne, depresivne i nižeg nivoa samopoštovanja, teže ostvaruju kvalitetne emotivne i međuljudske odnose, češće se okreću alkoholu, nikotinu ili drogama kao i drugim rizičnim ponašanjima.

*

**Kada vam se javi želja za nečim slatkim, odmah operite zube i to će učiniti
da se vaša „neprimjerena“ želja izgubi ! Ovaj trik redovno izvode manekenke.**

*

Muškarci koji su žarko željeli da postanu očevi, a to im se nije ostvarilo, vrlo su nesrećni zbog toga. Čak 50% muškaraca je usamljeno jer nemaju djecu, dok je to slučaj samo kod 25% žena.

Muškarci bez nasljednika su češće od žena depresivni, tužni ili ljuti što se nisu ostvarili kao roditelji. Pa ipak, većina njih nema osjećaj krivice zbog toga, za razliku od žena (16%).

*

**Onaj koji odustaje, nikada ne pobijeđuje ;
onaj koji pobijeđuje, nikada ne odustaje.**

(Norman Vincent Peale)

*

Srećni smo samo onda kada od sutrašnjeg dana ništa ne tražimo, a od današnjega sa zahvalnošću primamo ono što nam donosi.

(Herman Hese)

*

Prigušena svjetlost u radnim prostorijama povećava kreativnost, opuštenost i efikasnost u radu zaposlenih !

*

ODBRAÑA od komaraca :

- smanjiti količinu ugljenih hidrata (šećera) u ishrani
- nositi širu odjeću u svjetlijim bojama
- izbjegavati dezodoranse cvjetnih nota
- uzimati B vitamine
- samljevenim krastavcem i zaleđenim u posudicama za led, namazati kožu lica i ruku – djelotvorno odbija komarce

*

Čovjek može mnogo da nauči od drugih samo ako je spremam da sluša.

(Prof.Dr Goran Mašanović, fizičar)

*

Muškarci koji preferiraju kratku „emotivnu“ vezu biraju žene ženstvenih crta lica (manja vilica, puniji obrazi), dok za dugotrajniju vezu biraju manje atraktivne ili manje ženstvene žene.

Žene za kraću vezu biraju „razbacane“ muškarce, a kada planiraju dužu vezu ili brak radije se odlučuju za „štrebere“.

*

**Na tzv. greške u životu pogledaj iz perspektive
hoće li ti oneišta značiti za par godina.**

*

Bog te voli zbog toga što je Bog, a ne zbog toga šta si ti uradio ili nisi uradio.

*

Šta ljudi misle o tebi, nije tvoja briga !

*

- **Univerzitetski bečelor** je onaj koji završi (diplomira) akademske studije prvog ciklusa, bilo da su trogodišnje ili četvorogodišnje.
- **Strukovni bečelor** je onaj koji završi trogodišnje ili četvorogodišnje strukovne studije i ne može da nastavi akademsko usavršavanje (master i doktorske studije).
- Visoke škole izvode strukovne studije, a univerziteti – akademske studije.
- Završetkom studija drugog ciklusa stiče se zvanje **master** (ranije magistar).
- **Magistar** je akademsko, a **magistar nauka** je naučno zvanje.
- Ko je ranije stekao akademsku titulu VSS sedmog stepena moći će da se izjednači sa nazivom master, a onaj ko je ranije završio višu stručnu spremu (VSS) šestog stepena, moći će da se izjednači sa prvim ciklusom stručnih studija i da dobije zvanje strukovni bečelor.

(Ministarstvo prosvete Republike Srbije)

*

Budi u društvu onih koji znaju koliko vrijediš.
Ostalima poželi srećan put !

*

Profil trola:

Narcisoidna osoba sa psihopatskim karakteristikama koja uživa u maltretiranju i ometanju drugih izazivanjem negativnih emocija, obmanjivanjem i stvaranjem konfuzije.

Do not feed the troll !
Ne hrani trola !

*

Čemu viteštvu protiv nekog ko nije vitez !?

(Dragan Velikić)

*

Termin **arhetip** u psihologiju je uveo Karl Jung. Riječ je o obrascima instinkтивног ponašanja ljudi sadržanim u kolektivnom nesvjesnom. Prof.dr Džin Šinoda Bolen sa Univerziteta Kalifornija, navodi 8 glavnih arhetipova koji vladaju muškarcima.

Muškarac vođen arhetipom **Zevsa, boga neba**, ambiciozan je i pravi alfa mužjak, koga žene vole zbog novca, moći i dobrog društvenog statusa. Ženi se mlad, ali i dalje osvaja, shvatajući brak samo kao bazu.

Tek kada izgubi moć, ponaša se osjećajno i otvoreno.

Arhetip **Posejdon- bog mora** je zaljubljive prirode, dominantan u vezi, ali naporan, jer potiskuje emocije.

Had- bog podzemlja je povučen, depresivan, iskompleksiran zbog odrastanja u disfunkcionalnoj porodici, samotnjak koji i partnerku na kraju odvoji od svijeta.

Apolon- bog Sunca je oličenje ljepote, narcizma i zaljubljivosti, ali prednost daje razumu nad osjećanjima. Distanciran je od bliskosti, ali može biti sklon homoseksualizmu.

Hermes- bog glasnika je komunikativan, rječit, manipulativan i „operisan“ od emocija. Šarmantan i vječiti neženja koji bježi od vezivanja i bliskosti, kao da ne želi da odraste i postane roditelj.

Ares-bog rata. Ratuje nepomišljeno, neplanirano, impulsivno i strastveno. U braku je svadljiv, obično ima ljubavnice i vanbračnu djecu. Sklon je alkoholu.

Hefest- bog kovača, stvaralaca i usamljenika. To je prevareni muž i odbačeni ljubavnik, često sa nekim hendikepom. Niskog je samopouzdanja, povučen i depresivan. Žene mogu da ga i stvore i unište.

Dionis-bog vina, zabave i ekstaze, šarmantan, djetinjast, privlačan i emocionalno ranjiv, ali i sklon kriminalu i raznim zavisnostima.

*

Sa ženom stojim odlično. Problem je kad legnemo !

(Mitar Đerić)

*

Na mitinzima jedino policija ne mlati praznu slamu.

(Mladen Petronijević)

*

**Nezrela ljubav kaže – Volim te, jer si mi potreban, a
zrela ljubav – Potreban si mi, jer te volim.**

*

DOPAMIN nas tjera da želimo, žudimo, tražimo i bivamo znatiželjni.
OKSITOCIN (hormon zadovoljstva) tjera nas da volimo.

Željeti i voljeti su dva suprotna sistema;
željeti nas tjera na akciju, a
voljeti na zadovoljstvo i pauzu u traženju.

*

Žena je bolest koja se prenosi preko praga.

(Goran Radosavljević)

*

„Marš na Drinu“

„Marš na Drinu“ je komponovao vojni kapelnik Stanislav Binički i posvetio ga pukovniku Milivoju Stojanoviću, zvanom Brka, koji je kao komandant Drugog pješadijskog puka na Ceru i poginuo. Pobjedonosna Cerska bitka je vođena od 16.-19. avgusta 1914.god.

Povodom 50.-godišnjice Cerske bitke 1964.godine, g-din Miloje Popović Kavaja, predsjednik KUD „Ivo Lola Ribar“ iz Beograda, napisao je i tekst za marš.

**... U boj krenite junaci svi !
Kren'te i ne žal'te život svoj,
Cer da čuje tvoj, Cer nek vidi boj,
Reka Drina – slavu, hrabrost
Junačku ruku srpskog sina....**

Kada je Ivo Andrić dobio Nobelovu nagradu za književnost, Skandinavci su objavili ovo muzičko djelo, jer im se činilo da je povezano sa djelom „Na Drini ćuprija“ !

*

Živite u trenutku i neće biti nikakvog straha.
Ako živite u prošlosti ili budućnosti, uvijek ćete živjeti u strahu i patnji.

(Forum)

*

Nikola Tesla je 1943.godine sahranjen uz zvuke violine Zlatka Balokovića i izvođenje melodija „Ave Maria“ Franca Šuberta i „Tamo daleko“ Đorđa Marinkovića, kompozitora iz Korbova kod Kladova.

*

Ljubav je kad ti neko da djelić srca,
za koji nisi ni znao da ti nedostaje.

(Torkvato Taso, pjesnik)

*

Godine posle Sremskog fronta za mene su poklonjene godine.
Tamo su potrošene moje emocije.
Od tada sam svaku muku pribrano podnosio, i ranu smrt svoga sina.

S ovom glavom, bežao bih od svake vojske i svakog rata.

(Slavoljub Đukić, novinar)

*

Dvije šolje kafe dnevno smanjuju rizik od oboljevanja od raka kože, dijabetesa, Alchajmerove bolesti, srčanih oboljenja i depresije.
Kod žena se za 50% smanjuje i rizik od samoubistva.

Kafa povećava koncentraciju na radne zadatke, ali
smanjuje nivo kreativnosti.

(Univerzitet Harvard)

*

Greške u odijevanju žena, koje „dodaju“ godine :

- farbanje kose u crno i nošenje crne odjeće
- „šljampavi“ blejzeri da bi se sakrili bokovi, struk, stomak
- sukњe do gležnjeva (suknja treba da bude do najužeg dijela koljena)
- brushalter na zadnjoj kopči

- previše rastegljive farmerke (sa više od 4% elastina)
- naočare sa debelim okvirima (ističu bore i podočnjake)
- draperisana trikotaža
- rol kragne i marame oko vrata (bolje stoe V izrezi i duže ogrlice)
- stara svečana odjeća je uvijek uska i djeluje jadno
- obuća sa platformama i visokim štiklama (skreće pažnju na donji dio tijela)

*

**Novac koji čovjek ima je oružje slobode.
Novac za kojim čovjek trči je oružje ropstva.**

*

Osoba koja voli i poštije sebe, ali shvata i primjećuje svoje nedostatke, neće imati problema sa ljubomorom. Ljudi su po prirodi kompetitivni, ali ako stalno mislite da je drugima bolje i lakše, bićete konstantno nezadovoljni svojim životom. Volite sebe i budite sigurni u to da i vama neko na nečemu zavidi. I ne zaboravite da ako stalno pokušavate da se svima dopadnete, izgubićete sopstvenu dušu. Budite ono što jeste.

*

„SINDROM OTUĐENOOG RODITELJA“ podrazumijeva svako ponašanje kojim se dijete pod uticajem jednog roditelja odaljava od drugog, kao i karakteristično ponašanje djeteta prema otuđenom roditelju. Javlja se u sljedećom situacijama :

- U svađi roditelja dijete se po automatizmu stavlja na stranu „voljenog“ roditelja i okreće protiv otuđenog.
- Djetetovi razlozi protiv otuđenog roditelja su trivijalni i slabi.
- Neprijateljstvo prema otuđenom roditelju dijete proširuje i na njegovu širu porodicu.
- Dijete ne pokazuje tugu kada u dužem periodu ne viđa otuđenog roditelja i otvoreno negoduje kada treba s njim da se sretne.
- Sukobi bračnih partnera često postoje i poslije razvoda, naročito u slučajevima kada imaju djecu koja ostaju kod jednog od njih, a koji će ih ogovaranjem ili izazivanjem otvorene mržnje prema bivšem supružniku okrenuti i pretvoriti u otuđenog roditelja.

*

**Laganje kod ljudi izaziva mnogo stresa i višestruku štetu,
za razliku od iskrenosti, koja ima potpuno suprotno dejstvo.**

(Bolnica Lenoks Hil, Njujork)

*

Svejedno je koje ćemo od dva zla izabrati.

Drugo ćemo ionako dobiti gratis.

(Ninus Nestorović)

*

Srpski je lingvistički deo srpsko-hrvatskog jezika, koji koristi

19 miliona stanovnika ili 0,28% žitelja Zemlje.

Po broju izvornih govornika srpski je 50. jezik na svetu.

A po psovskama je među prvima na planeti.

(Prof.Dr Danko Šipka, lingvista)

*

Ko mora umreti, umreće i u mraku, makar prodavao sveće.

(Crnačka)

*

Ljudi čiji mozak „luta“ kreativniji su, jer dok mozak rješava jedan zadatak istovremeno procesuiraju i drugi, pa se između njih prave veze koje će dovesti i do boljeg rješenja.

*

Šta kaže Lala, kada zatekne Sosu sa komšijom u poziciji 69 ?

- Ju, naopako !

*

Vlasnici modernih telefona i karakter :

AJFON – Pametni, neustrašivi, tašti, puno putuju, aktivni su na društvenim mrežama, nose markiranu odjeću i obično rade u medijima, obrazovanju, prodaji.

BLEKBERI – Zarađuju puno i ostvaruju duge emotivne veze.

ANDROID – Vladini i državni službenici, inženjeri, kulinari, ljudi finih manira, puno gledaju televiziju i – piju.

*

I Molotovljev koktel je poruka u boci !

(Aleksandar Čotrić)

*

**Nema okrutnije tiranije od one koja se provodi
pod okriljem zakona, a u ime pravde.**

(Šarl Luj Monteske)

*

Očekivati da ljudi budu fer prema tebi samo zato što si ti fer prema njima, isto je kao da očekuješ da te lav ne pojede samo zato što ti ne jedeš lavove.

**Još danas oprosti svima...Ne zato što oni zasluzuju oproštaj,
već zato što ti zasluzuješ mir.**

(Internet)

*

Ljudi sa više braće i sestara rjeđe se razvode od onih koji su bili sami ili su imali jedno ili dvoje braće i sestara, jer imaju bolje ponašanje i „navigaciju“ u različitim životnim situacijama – zaključak je 40.-godišnje američke studije.

(Univerzitet Ohajo)

*

Radni učinak je za 150% veći u radnim prostorijama u kojima je temperatura oko 25° C, u odnosu na one prostore gdje je temperatura 20° C.

*

Đavo ne spava. Sadi tikve.

(Goran Radosavljević)

*

Jedan od najvažnijih uslova za sreću je da veza između čovjeka i prirode ne bude prekinuta.

(Lav Tolstoj)

*

Analize su pokazale da su heroin, krek, kokain i metamfetamin najštetniji za pojedinca, dok su alkohol, heroin, krek i kokain najopasniji kada je u pitanju uticaj na društvo u cjelini.

(Prof.Dr Dejvid Nat)

*

Ako na godišnji odmor putujete avionom, bolje je imati 1 veći kofer nego 2 manja. Dobro je u kofere staviti osnovne lične podatke, kao i plan godišnjeg odmora, jer u slučaju gubitka prtljaga aerodromsko osoblje, koje ima pravo da prtljag i otvori, lakše će vam ga vratiti ! Inače, odjeću koju nosite na godišnji odmor najbolje je spariti po kompletima, jer na odmoru ljudi obuku samo 34% garderobe koju su ponijeli !

*

Samoća boli, ali ne toliko kao lažna druželjubivost.

(Teodor Fontane, pisac)

*

NIKADA ne lažite mališane, pogotovo ne, da biste potstakli njihove strahove (baba-roga, otmičari, policija, da će ih ostaviti i sl.) ili da biste ih motivisali lažnim obećanjima (kupovina igračke, odlazak u luna-park i dr.)

Istina je ključna za dobar i neraskidiv odnos sa djetetom, posebno u adolescenciji, jer će vaše riječi kod tinejdžera imati težinu samo ukoliko ga niste do tada lagali.

U višečlanim porodicama još je opasnije lagati samo jedno dijete (uz „namigivanje“ drugima !) jer to stvara loše veze među djecom.

*

CRTE lica i karakterne CRTE

- Podignute obrve na ženskom licu : veoma dinamična i aktivna osoba, nestrpljiva i razdražljiva.
- Obrve nagnute nadole : emotivna, nježna, strpljiva, dobar priatelj i timski igrač.
- Osoba s krpunim očima je obično vrlo ljubazna.
- Sitne oči ukazuju na dobru moć zapažanja, koncentraciju i dobro „skeniranje“ nečije ličnosti.
- Širok i veći nos govori o strastvenoj, saosjećajnoj i emotivnoj osobi, koja odluke donosi srcem, a ne razumom.
- Mali i izdužen nos pripada osobama analitičkog duha i izuzetne racionalnosti u odlučivanju.
- Puni obrazi – iskrena osoba.
- Udubljeni obrazi : skrivenе emocije, uvijek razuman ali ne i uvijek srdačan.
- Pune djevojačke usne – opuštenost i uživanje u raznim zadovoljstvima.
- Tanke usne obično ima vrlo ozbiljna osoba, kojoj je posao najvažniji.

*

**Bolje je znati o mnogim stvarima ponešto,
nego mnogo samo o jednoj stvari.**

*

Život je velika avantura za sve koji odluče da ga žive hrabro.
Dogovorio sam se sa svojom bolešću da život drugarski podijelimo,
još dosta dugo.

(Timoti Džon Bajford, reditelj)

*

Nakon dobrovoljnog davanja krvi, a radi potpunog oporavka do sljedećeg
davanja potrebno je da prođe 12, a za žene 16 nedjelja.

*

TRUDNOĆA se dešava u roku od 30 minuta, a traje 37 do 42 sedmice.

*

Lijepe žene potrebne su samo ljubavnicima i slikarima bez mašte.

(Pablo Pikaso)

*

Treba se ženiti samo lijepim ženama,
inače ne postoje nikakve šanse da ih se riješimo.

(Rod Stjuart, muzičar)

*

Ko u braku ne poludi, taj stvarno nije normalan.

(Princ Čarls)

*

U vrijeme Informbiroa iz KPJ je **isključeno** 24.000 komunista, a
u periodu od 1952 - 1973. godine Partiju je **napustilo** 750.000 članova.

(Slavoljub Đukić, novinar)

*

Kontroverzni francuski advokat ŽAK VERŽE (1925.-2013.) „đavolji advokat“ kaže:

„Advokat je umjetnik i po meni stvaralac. Suđenje nikada ne ide onako kako je sudija zamislio, jer pred njim nisu kompjuteri nego ljudi, a oni stvaraju dramu u nekoliko činova... Ipak postoji jedna razlika između literature i suđenja: roman miriše na mastilo, a sudnica na krv. Kada osjetite krv, vi postajete serijski advokat.“

*

Diktator je gazio koga je stigao.
Voleo je da se kreće među ljudima !

(Raša Pepeš)

*

Sretao sam se sa Slobodanom Miloševićem nekoliko puta i ja ga častim sa „Gospodine predsjedniče“, a on očuti i poslije dva sata završava prijem i kaže:

„Hvala vam drugovi i gospodine Tijaniću.“

Bio je smrtno duhovit. Nekad duhovit, nekad smrtonosan.

(Aleksandar Tijanić, novinar)

*

Vlast je kao šveps. Ako se uzima mnogo, izađe na nos !

(Dušan Starčević)

*

Žena, sreća i vjetar kratko traju.

(Buda)

*

Ako ti je žena dobra, druga ti ne treba.

(Eskimska)

*

Tadž Mahal je mauzolej od bijelog mermera u kome počiva Mumtaz Mahal („ukras palate“), četvrta i najvoljenija žena cara mogulске imperije Šah Džahana. Mauzolej je optočen zlatom, srebrom, biserima i draguljima kao izrazima vječne ljubavi. Gradili su ga najbolji majstori 20 godina, a završen je 1648.god. Nalazi se na UNESCO listi svjetske baštine.

Tadž Mahal je suza ljubavi na obrazu vremena.

(Rabindranat Tagore, pjesnik)

*

**Pentagon samo čeka znak dobitnika Nobelove nagrade za mir,
pa da počne Srbija u Siriji.**

(Ranko Guzina)

*

Mudrost kod političara dolazi s godinama.
Međutim, vrlo često se desi da godine dođu same.

(Zoran Nikolić Zozon)

*

MUŠKI i ŽENSKI mozak :

- Muški mozak je za 10% veći od ženskog.
- Frontalni režanj odgovoran za donošenje odluka i rješavanje problema kod žena je proporcionalno veći.
- Muški mozak ima veća područja odgovorna za prostornu orijentaciju i borbu, pa muškarci lakše osjetite opasnost i brže na nju reaguju.
- Žene su zbog estrogena osjetljivije na bol i dodire, dok muškarce testosteron od toga štiti.
- Žene imaju 3 puta češće migrene i 3 puta su osjetljivije na svjetlost (okidač za napad migrene).
- Žene bolje pamte zbog jake aktivnosti hipokampa.
- Žene više pate od demencije i za 20% više umiru od Alchajmerove bolesti.
- Estrogeni hormoni štite žene od degeneracije mozga samo do početka menopauze.
- Pošto je kod muškaraca pad nivoa testosterona blaži i sporiji, oni su manje izloženi demenciji.

(Univerzitet Harvard)

*

RIJEČ SUTRA IZMIŠLJENA JE ZA NEODLUČNE LJUDE I ZA DJECU.

(Ivan Turgenjev)

*

Ja svakom čoveku prilazim sa verom da je pošten čovek.
Ako nije, ako me prevari, šta mogu. Neka pred Bogom odgovara.
Moje pravo nije da sudim o ljudima pre nego što oni pokažu šta su !

(Patrijarh SPC Pavle)

*

**Sve smo gurali pod tepih.
Tako je nastao brdoviti Balkan.**

(Radomir Stanojević)

*

- Šta radiš na selu ?
- Ništa, čuvam stoku. A šta ti radiš u gradu ?
- Čuvam se od stoke !

(Andrija Erić)

*

U društvu lažova ne isplati se mnogo biti iskren,
kao što ni u društvu iskrenih ne možemo dugo opstati kao lažov.
U oba slučaja na ispitu je vrijednost istine.

*

KALAUZ JE ČESTO KLJUČ USPEHA !

(Miladin Petronijević)

*

Na psihu kod zaposlenih u noćnim smjenama najgore djeluju
plava i bijela svjetlost lampi, izazivajući depresiju i češće oboljevanje od raka.
Jedna petina populacije zemalja u razvoju radi u noćnim smjenama.

*

Mnogi naučnici u svijetu smatraju da
„pametni“ telefoni korisnike zaglupljaju i izuzetno im kvarе vid,
jer se pretjerano koriste noću i na kratkom rastojanju od očiju.

Od pojave prvog mobilnog telefona do danas
kratkovidost je kod omladine povećana za 35% !

*

**Ako pri svakoj prijateljskoj usluzi misliš na zahvalnost,
onda nisi darovao, već prodao.**

(Fjodor Dostojevski)

*

PATRIOTIZAM je moralna i politička vrijednost olijena u rečenici :
„Ja volim i uvažavam naciju u kojoj sam rođen. Imam pozitivan odnos prema toj činjenici
i trudim se da unaprijedim institucionalni i kulturni život svoje nacije i države.“
Nepatriota se ruga, a antipatriota gazi vrijednost o kojoj je riječ.

(Zoran Avramović, sociolog kulture)

*

Nisu oni slušali otvorenih usta, nego su zevali od dosade.

(Aleksandar Čotrić)

*

Kravlje mlijeko nije hrana za ljudе !

- Ljudi nemaju enzime potrebne za probavu kravljeg mlijeka.
- Njegova upotreba dovodi do manjka željeza u organizmu i porast alergijskih reakcija.
- Kalcijum iz kravljeg mlijeka se ne može apsorbovati. Uzgred, u peršunu ga ima 14 puta više i potpuno se apsorbuje.
- Kravlje mlijeko sadrži peptide slične peptidima u pankreasu (proizvode inzulin) pa imunološki sistem može unakrsno stvoriti antitijela i na inzulin. Senzibilizacija organizma dovodi i do drugih autoimunih bolesti.
- Tele ima 4 želuca i kravlje mlijeko (sa 15% proteina) za 45 dana udvostruči težinu teleta.
- Ljudskoj bebi treba 180 dana da udvostruči svoju težinu, jer majčino mlijeko sadrži 7% proteina.
- Kravlje mlijeko sadrži protein kazein u koncentraciji 20 puta većoj nego ljudsko mlijeko. Čovjek nema mogućnosti da vari kazein.
- Poslije 4. godine života ljudski organizam gubi mogućnost da vari i laktozu (mliječni šećer) pošto prestaje da luči emzim laktazu. To je normalno u sazrijevanju čovječjeg gastrointestinalnog trakta.
- Bolji izbor za ishranu ljudi su kozji i ovčji sir i kefir, ali ne od kravljeg mlijeka.

(Dr Ana Gifing)

*

Pojava glavobolje je najčešće posljedica problema u gastrointestinalnom sistemu (opstipacija, dijareja, pojačana kiselina u želucu, intolerancija hrane i dr.)

(Američka studija na 50.000.- ispitanika)

*

Dugotrajna i nekritična **upotreba analgetika** štetno djeluje na strukture bubrega, jer smanjuju dotok krvi u bubrege.

Pušači i konzumenti šećera i vještačkih sokova takođe su skloniji oštećenjima bubrega.

*

**Svi razmišljaju kako da promijene svijet, ali
niko ne razmišlja kako da promijeni sebe.**

(Lav Tolstoj)

*

Vrhunac ratne vještine je pobijediti neprijatelja bez bitke.

(Sun Cu, kineski general i filozof)

*

Niski ljudi imaju 1,5 puta veću vjerovatnoću da će oboljeti ili umrijeti od neke bolesti srca, nego visoki.

(Finsko istraživanje na 3.000.000 ispitanika)

*

**Srodne duše nisu one koje su potpuno iste kao mi,
već one koje imaju ključeve za sve naše brave i brave za sve naše ključeve.**

(Ričard Bah, filozof)

*

Ljudi koji u svom životu često varaju ili su nepošteni u većini slučajeva se osjećaju mnogo raspoloženije, nego što ih grize savjest zbog toga što su uradili nešto nedolično. Dok god njihovo nepošteno ponašanje ne proizvodi nikakvu ozbiljnu štetu i niko takvim ponašanjem nije povrijeđen – nepoštenje vodi do boljeg raspoloženja prevaranta.

(Američko udruženje psihologa)

*

Vjernost partnera je samo odluka da se bude vjeran.

Statistike kažu da su oba pola podjednako nevjerna. Ipak, „vjerni“ muškarci lakše pokleknu, otprilike kao što je to slučaj i sa alkoholom – neko nema namjeru da popije, ali društvo i atmosfera (prilika) učine da se ovaj trezvenjak „uroka“ !

Promiskuitetni muškarci partnerke traže tendenciozno, trude se i uživaju u toj igri osvajanja. Takvi mnogo lakše odolijevaju „seksu na jednu noć“. Konzervativni muškarci lakše prihvataju vanbračni seks bez zaštite, dok „švaleri“ jako vode računa o zaštiti i „sigurnom seksu“.

*

**Kažnjen sam zbog prekoračenja brzine.
Opet mi je jezik bio brži od pameti!**

(Goran Dokna)

*

Vino je mnoge čedne žene bacilo na leđa.

*

PORUKE NAKITA

- Veliko prstenje na palcu žene simbolizuje težnju ka moći i mijenjanju svijeta, priziva energiju i jaču volju.
- Prstenje na kažiprstu pokazuje želju za javnim priznanjima, vlast i liderstvo.
- Na srednjem prstu ukazuje na izbalansiranost , sistem vrijednosti, moral i smisao života.
- Prsten na domalom prstu ukazuje na kreativnost, optimizam, potrebu za ugledom u društvu i privlačenjem suprotnog pola.
- Na malom prstu je znak želje za komunikacijom na svim nivoima, novim idejama, kreativnosti i kontrolom misli.
- Veliike minđuše nose ponosne i tvrdoglavе žene. Što su alke veće to je i očajnička želja za pažnjom i avanturama.
- Žene sa neupadljivim malim minđušama ne žele da privlače pažnju.
- Bez nakita su one žene kojima je važniji sadržaj od pakovanja, iskrene i voljene.
- Muškarac sa dijamantom u uhu iskazuje sopstveni uspjeh i - traži partnerku.

(Dr Ejmeri Vilson, psiholog)

*

Gospodine, ne bih da vas davim preko telefona.

Voleo bih da vas vidim uživo.

(Zoran T.Popović)

*

Zahvaljujući manjoj koncentraciji testosterona, žene imaju jači imunitet, otpornije su na pojavu nekih malignih bolesti, ali češće oboljevaju od autoimunih i drugih hroničnih bolesti (reumatoidni artritis, multipla skleroza, diabetes mell., bolesti štitnjače). Na ženski organizam bolje djeluju i lijekovi i vakcine !

(Univerzitet Lids)

*

Ljudi koji imaju većinu svojih zuba žive duže od 70 godina.

*

Vođa Nacional-socijalističke radničke partije Njemačke bio je Adolf Šitelgruber, poznatiji kao Adolf Hitler.

*

Zašto svi uragani imaju ženska imena ?
Zato što dođu topli i vlažni, a kada odlaze odnose kuće, automobile...

(Dragan Rajićić)

*

Ženama su najveći uzor njihove majke i već od 31.godine svoga života počinju da ih oponašaju. Osim majki, uzor ženama često mogu biti i sestre ili bake.

*

U krevetu nisu bitne godine, već minuti.

(Mile Gorgijoski)

*

- Blijedi ten, naborana koža, blago podbulo lice ukazuju na svakodnevnu umjerenu konzumaciju alkohola. Razlog je stres (povećan nivo kortizola), višak masnoće oko lica, retenirana tečnost u organizmu i šećer iz alkohola, koji usporava stvaranje kolagena i elastina, zbog čega koža gubi formu, a mišići elastičnost – lice (ubrzano) stari.
- Stres čini lice umornim, a pogled zamućenim pa osoba pod stresom izgleda hronično nenaspavana.
- Pretjerano vježbanje i fizički napor daju upale i spuštene obraze, ispijen i tužan izraz lica („lice trkača“), jer se krv i kiseonik tokom aktivnosti sa lica mahom preusmjerava na vitalne organe.
- Skoro isti efekat daju i cigarete i „brze dijete“ pa nastaje „višak“ kože oko donje vilice.
- Duboke bore na licu, naročito u području oko očiju, nastaju od pretjeranog izlaganja suncu.

*

Ljepota je gost koji je svugdje dobrodošao.

(Johan Wolfgang Gete)

*

I od goreg ima gore. To je ono što je najgore.

(Mladen Petronijević)

*

Kad je umro Tito, svi smo plakali.
Mislili smo da ga nikada više nećemo videti.

(Dragan Rajićić)

*

Samo 5% ljudi koji pokušavaju da smršaju
uspjievaju da nakon dijete tu težinu i održe.

Ostali nakon određenog vremena ponovo dostižu težinu koju su imali prije dijete,
a neki se ugoje još više, jer moraju da jedu više da bi se osjećali sitim.

Razlog za to je činjenica da režim ishrane (duža dijeta) kojim se oslobađamo
od masnih naslaga u tijelu trajno oštećuje želudac i nerve koji
mozgu šalju signale sitosti.

Drugi razlog je što dijete oštećuju i funkciju hormona leptina, koji mijenja
osjetljivost želuca i reguliše optimalni unos hrane.

(Univerzitet Adelaida)

*

Jedan narcis priznaje :
Lakše mi je da nahranim stomak nego sujetu !

(Ranko Guzina)

*

Ići s prijateljem po tami je bolje nego biti sam na svjetlosti.

(Helen Keler)

*

Usvojena djeca sklonija su samoubistvu nego djeca
koja su živjela sa biološkim roditeljima.

*

Nervoza je znak da je tijelo nabijeno pozitivnim statickим nanelektrisanjem.
Da bismo se smirili potrebno je samo da se nekoliko minuta držimo za
vodovodne instalacije !

*

**Na svaku sumnjivu ponudu odgovori sa NE.
Samo reci NE !**

(Marko Nicović)

(Sumnjive ponude su droga, alkohol, duvan, nezaštićen seks, kriminal, cinkarenje, sekta)

*

Potreba za šećerom je pokazatelj metaboličke neravnoteže i nedostatka minerala. Zbog nastale povećane kiselosti u organizmu je prisutna Candida (gljivica), što je razlog nastanka mnogih bolesti, a koje bi se mogle spriječiti adekvatnom dijetom.

Previše slatkiša, tjestenina, hljeba, krompira u ishrani dovode do pojave podvoljka i nakupljanja masnog tkiva u predjelu stomaka, butina i zadnjice.

Previše mesa na jelovniku smanjuje bokove, butine i obim struka.

Puno kuvanog povrća dovodi do „širenja“ kukova.

*

Kada umjesto moderne češće biramo udobnu odjeću i obuću,
rađe ostajemo kod kuće nego da idemo na zabavu,
češće slušamo tihu umjesto glasne muzike,
češće kritikujemo nedolično ponašanje omladine,
zaboravljamo imena, a autoritete (policajca, ljekara, učitelja)
vidimo kao veoma mlade osobe i ako nas uz to izluduju nove tehnologije –
znači da smo ušli u sredovječno doba.
To nije fizička prekretnica već stanje
koje u današnjim uslovima nastupa tek u 53. godini života.

*

Život bez slobode je kao tijelo bez duše.

(Halil Džubran, libanski pisac)

*

Napad na SR Jugoslaviju (1999) je pokušaj da se odbrane
moralne vrijednosti na kojima počiva Evropa.

(Havijar Solana)

*

19 članica NATO-a sa 600,000.000.- stanovnika krenulo je na SR Jugoslaviju
hladnokrvno, profesionalno i sa nedodirljivih visina.

(Slavoljub Đukić, novinar)

*

Generale, ako danas ne budemo zajedno, sutra čemo visiti odvojeno.

(Džordž Vašington generalu Lafajetu)

*

I ruka pravde ima srednji prst.

(Mile Gorgijoski)

*

KAD TE NANIŠANE, NEMA TI SPASA !

(Željko Ražnatović Arkan)

*

Istraživanja britanskog „Ergofleksa“ pokazuju :

- Većina muškaraca smatra da su žene najseksepilnije u pidžamama, a ne gole ili u izazovnim spavačicama.
- Samo 16% muškaraca misli da su žene najseksepilnije kada spavaju u „Evinom kostimu“.
- Ipak ispitanici oba pola su saglasni da je udobnost važnija od atraktivnosti odjeće u kojoj spavaju.
- 20% muškaraca ne voli da vidi partnerku u svojoj odjeći (pidžami, majici, košulji)!

*

SVRHA SPAVANJA je stvaranje nezrelih oligodendročita, ćelija koje proizvode mijelin, a koji je uključen u pravilno funkcionisanje centralnog nervnog sistema.

Stvaranje mijelina se udvostručuje tokom sna, naročito u REM fazi.

Nedovoljno spavanja pogoršava simptome nekih neuroloških oboljenja, posebno multiple skleroze, bolesti tokom koje nastaje oštećenje mijelina.

(Univerzitet Viskonsin)

*

VAKCINA protiv gripa A (H1N1) može kao neželjenu reakciju imati i NARKOLEPSIJU, disomniju, tj. poremećaj spavanja koji karakterišu iznenadni napadi sna u neprimjerenim situacijama !

(Navodno, Napoleon je patio od narkolepsije pa bi ponekada i „prespavao“ najvažnije faze nekih bitaka. A nije bio vakcinisan arteficijelnom vakcinom protiv gripa.)

*

**Svaki put kad lažemo okrunimo jedan dio svog samopouzdanja,
jedan mali dio nas i prodamo ga jeftino, a
za uzvrat dobijamo samo privremeno olakšanje.**

Sve što lažima dobijemo, biće – laž.

(Jelena Orlandić, psiholog)

*

ŽIVOT JE ZANAT KOJI SE UČI CIJELOGA VIJEKA.

(Balzak)

*

Naučno je potvrđeno da smo skloniji humanijim reakcijama ako zbog nečega imamo grižu savjesti ili osjećaj krivice pa to maskiramo dobrim djelima.

Zbog toga nevjerni muževi kupuju skupocjene poklone svojim suprugama, a neki ljudi daju novac u humanitarne svrhe kada su prema nekome bili sebični.

*

**U jeku predizborne kampanje dobićemo kanalizaciju.
Prava stvar u pravom trenutku.**

(Milan Todorov)

*

„RANORANILAC“ i „NOĆNA PTICA“ su odličan spoj jer ljudi koji su spremni da prihvate partnera sa drugačijim navikama spavanja, spremni su da lakše pređu i preko drugih različitosti u zajedničkom životu.

(Prof.Dr Rasel Foster, Univerzitet Oksford)

*

- Sa starošću svi postajemo ranoranioci jer se tijelo brže umara.
- Ranoranioci imaju veći rizik da obole od raka dojke i debelog crijeva.
- „Noćne ptice“ tokom života imaju više ljubavnih partnera, ali su ipak depresivnije.
- Češće hrču i pate od nesanice zbog gojaznosti i uživanja u piću.
- Obično preskaču doručak i češće su gojazne, jer jedu kada „jelu vrijeme nije“.

(Univerzitet Daram)

*

Kad se građani plaše svoje vlasti, to je tiranija.
Kad se vlast plaši svojih građana, to je sloboda.

(Tomas Džeferson, bivši predsjednik SAD)

*

Nekim ljudima nisu duvan ili bivši partner/ka ti koji su im potrebni,
već samo lijepi osjećaji koji oni u njima izazivaju.

Naime, dovoljno je samo da se prisjete lijepih trenutaka koje su imali sa nekim ili nečim
pa da im to ponovo bude intrigantno i primamljivo.

Zbog toga se neki ljudi stalno vraćaju svojim starim ljubavima ili starim navikama.

*

Čak 75% ljudi koji su u vezi ili braku **žudi za više maženja i nježnosti**,
sa partnerom. Prezaposlenost, stres i umor izazivaju veću potrebu za dodirima,
grljenjem i maženjem. Nakon ovih nježnih izliva ljubavi partneri se osjećaju
privlačnije, ljepše i imaju veće samopouzdanje.

*

Sudite o ljudima pre po pitanjima koja postavljaju nego po odgovorima koje daju.

(Volter)

*

Dajte nekoj osobi stalno jaja i ona će poslije nekog vremena prestati da ih jede.
Dajte joj slatkiše i ješće ih čak i kad se osjeća sito i naduto toliko da je boli i stomak.
Baš poput alkohola i cigareta, šećer je takođe droga.
Kod ove vrste zavisnosti dijete ne pomažu.

**I na slatkišima i slatkim napicima trebalo bi da stoje upozorenja
nalik onima koja „krase“ pakovanja cigareta.**

(Van de Valpen, Javno zdravstvo Holandije)

*

**Ako se borite sa viškom kilograma i osjećate veliku želju za „nezdravom“
hranom, onda NACRTAJTE tu hranu i - više nećete osjećati glad, a
bićete čak i bolje raspoloženi !**

(Univerzitet Njujork)

*

Najteži, najznačajniji i najduži put koji čovjek treba da prevlada tokom svog života, kraći je od jednog metra.
Otprilike, baš koliko je potrebno da nekome nešto stigne iz dupeta u glavu.

*

ARHETIPOVI MAJKI koje ostavljaju neizbrisiv trag na budući ljubavni život svojih sinova:

ZALJUBLJENA MAJKA svojim ponašanjem izražava svoje beskrajno divljenje prema sinu i on vrlo rano stiče samopouzdanje i kreće u potragu za ženom koja će ga isto tako obožavati i voljeti. Ali pošto takve žene nigdje nema, on postaje frustrirani Don Žuan, koga jake žene i zavodnice jednostavno ne zanimaju.

POSESIVNA i zaštitnički raspoložena majka odnosi se prema sinu kako kvočka prema pilićima. Od malih nogu mu usađuje strah od napuštanja njenih skuta i ljubavi prema drugoj ženi. Njen sin će vremenom postati emocionalno nezrela osoba opterećena stalnim osjećajem krivice. Ako i prekine „pupčanu vrpcu“ sa majkom, to će učiniti krajne grubo. Ipak, češće se dešava da će za suprugu odabratu infantilnu ženu, koju će držati na emotivnoj distanci, svjestan da nijedan njegov izbor neće naići na odobravanje majke.

DISTANCIRANA majka je žena bez samopouzdanja i u vječitom strahu da nije dobra majka. Od sina se emotivno udaljava hladnim i odbojnim odnosom, pretvarajući ga tako u ženomrsca i cinika koji ženama ništa ne vjeruje. U vezama koje ostvaruje je hladan, distanciran, nesrećan i nezadovoljan.

KASTRATORKA je majka koja je u ratu sa muškim rodom, koja želi sve da kontroliše i potčini. To je dominantna, autorativna žena koja upravlja i životom svoga sina, čineći od njega muškarca koji će se plašiti žena, a podsvjesno tražiti baš „kopiju“ majke. Ako i uspostavi neku vezu, bježće u nevjerstva ili postati verbalno i fizički nasilan prema partnerki, sveteći se tako za poniženja doživljena od majke.

DOBRONAMJERNA majka se osjeća ispunjeno u ljubavi i u životu i zajedno sa ocem podiže i vaspitava djecu. U svojoj brizi za sina sve razumije, nije nametljiva ni posesivna. Takav sin odrasta u stabilnog muškarca, koji se osjeća prijatno u društvu žena ne stideći se svojih osjećanja. Obično ostvaruje dug i srećan brak.

(Alen Brakonije, psihanalitičar)

*

Ženski duh je potreban na mjestima gdje se donose važne odluke.
(Papa Franjo)

*

U mladosti je i đavo lijep.

(Japanska)

*

**HLAMIDIJA i GONOREJA i kada se izlječe prije začeća
povećavaju rizik za 40% da će na svijet doći mrtvorodena beba i
za 17% da će nastupiti prevremeni porođaj.**

Zbog gonoreje se rizik od prevremenog porođaja čak i udvostručuje.

**U odnosu na prethodni desetogodišnji period,
danас među mladima dva puta je više onih koji su (pre)bolovali
neku od veneričnih bolesti.**

(Univerzitet Sidnej)

*

Pobeda sve ulepšava, poraz sve zgadi.

(M. Crnjanski)

*

BICIKLISTI imaju rizik za preranu smrt niži za čak 41% u odnosu na druge muškarce.
Vožnja **Tour de France** je adekvatna svakodnevnom trčanju maratona
tokom tri nedjelje !

*

Popodnevna dremka povećava rizik od dijabetesa, povišenog krvnog pritiska i
holesterola, mada naučnici napominju da je diabetes mell. tip 2 prije svega
povezan sa lošom ishranom i tempom života.

*

**Pacijenti koji pate od disleksije lakše čitaju tekst sa ekrana računara,
tableta i telefona nego sa papira.**

**Disleksična djeca pomoći elektronskih uređaja lakše čitaju,
bolje razumiju sadržaj i duže ostaju koncentrisana na čitanje.**

(Američko istraživanje)

*

Život je kao vožnja biciklom; treba neprestano ići naprijed i bez zaustavljanja, da se ne izgubi ravnoteža.

(Albert Ajnštajn)

*

HRONO ISHRANA ČUVA ZDRAVLJE I USPORAVA STARENJE.

(Dr Ana Gifing)

- **Doručak je obavezan !**
- Ujutru su enziimi najaktivniji pa hrana lakše prelazi u energiju.
- Bez doručka nema energije za rad unutrašnjih organa pa nastaje akumulacija masnoća iz svih namirnica, što za posljedicu ima gojaznost i gubitak minerala iz kostiju.
- **Ujutru NE JESTI VOĆE ni piti voćne sokove !** Ujutru je insulin vrlo aktivan pa brzi (prosti) šećeri (voće, med, marmelada) daju kratak priliv energije i iscrpljuju pankreas.
- **Pravi izbor za jutro su spori šećeri iz žitarica.**
- Voće ima ulogu slatkiša a ne izvor vitamina, koji su u povrću, dok B 12 vitamin i minerali dolaze iz mesa.
- **NEZDRAV je svaki zalogaj između obroka, osim vode.** Svaku grickalicu između obroka organizam „prepoznaće“ kao kompletan obrok pa prestaje topljenje sopstvenih masnoća iz „rezerve oko trbuha“. Povećan nivo insulina prekida aktivnost enzima lipaze i masti se ne tope, već ostaju i dalje se nakupljaju. Taj proces traje 2-3 sata.
- **Uputno je izvršiti i TESTIRANJE NA INTOLERANCIJU NAMIRNICA** i u skladu sa nalazom unaprijediti svoju ishranu.

**HRONO ISHRANA -
Idealno vrijeme za namirnice**

- Do 11 sati treba jesti kompletan obrok (žitarice, hleb, masnoće, jaja), a ako imamo naviku da pijemo **kafu onda samo - POSLIJE doručka**.
- Čaj ujutru kao alkalna namirnica utiče na uravnoteženost pH u organizmu.
- **Sljedeće obroke uzimati u razmaku na 4 sata od doručka.**
- Ugljene hidrate preko dana smanjiti.
- **Voćni obrok ili slatkiš uzeti oko 17 sati**, jer je tada nivo insulina najmanji.
- **Uveče nikako ne uzimati ugljene hidrate bar dva sata pred spavanje !**

*

VJERA JE TVRDO ČEKANJE ONOGA ČEMU SE NADAMO I
DOKAZIVANJE ONOGA ŠTO NE VIDIMO.

(Jevanđelje 11.1.)

*

Za ljubav svako mjesto na svijetu je raj.

(Lav Tolstoj)

*

Napoleon Hill, pisac i savjetnik predsjednika SAD Frenklina D. Ruzvelta
„**Think and Grow Rich**“
(„Misli i obogati se“)

Želja neće donijeti bogatstvo, ali ako ta želja s vremenom postane opsesija, tada će planiranje konkretnih načina i sredstava te podupiranje istih ustrajnošću koja ne dopušta poraz, osigurati sticanje znatnog imetka.

1. U svome umu postavi sebi novčani cilj koji želiš da ostvariš. Nije dovoljno reći „želim puno novca“. Budi konkretan u zamišljanju iznosa.
2. Tačno odredi šta si spremam dati zauzvrat za novac koji želiš. Ne postoji „nešto za ništa“.
3. Odredi tačan datum do kojeg želiš sakupiti taj novac.
4. Stvorи čvrsti plan kako ćeš provesti svoju namjeru u djelo te odmah kreni s njenom realizacijom bio spremam ili ne.
5. Napiši na papir u jednostavnim i sažetim rečenicama koliko novca želiš steći, u kojem vremenskom roku, šta si spremam žrtvovati zauzvrat, te plan kako ćeš to ostvariti.
6. Pročitaj te rečenice naglas dvaput dnevno, jednom neposredno prije odlaska na spavanje i jednom ujutro prije ustajanja iz kreveta. Dok čitaš, uvjeravaj se, osjećaj i vjeruj kako već posjeduješ taj novac.

Kada bogatstvo nastupi na mjesto siromaštva,
to je obično zbog pomno razrađenih i izvedenih planova.

**Siromaštvo ne zahtijeva nikakav plan.
Niko mu ne treba pomagati, jer je ono odvažno i nemilosrdno.**

Bogatstvo je pak sramežljivo i povučeno. Njega treba privući k sebi.

(Press RS)

*

Savjetnik najbolje objašnjava ono što je i sam shvatio sa mukom.

(Miljenko Žuborski)

*

Ostao sam bez hrane, lekova i ogreva.
Novogodišnja groznica za mene može da počne !

(Radmilo Mićković)

*

I korov je nekome porodično stablo.

(Stevan Naumović)

*

Novinar : - Vremena su teška, ljudi sve nervozniji... Imaju li psiholozi mnogo posla ?

Prof.Dr Žarko Trebješanin, psiholog : - I previše. Posla ima, ali vajde nema.

*

Tri najrizičnija faktora odgovorna za početak pušenja cigareta kod mladih su :

- impulsivnost (strogi roditelji)
- konzumiranje alkohola
- loše ocjene u školi

(Univerzitet Montreal)

*

ZALJUBLJENOST je stanje pomračene svijesti, emotivne i hormonalne oluje tj. stanje nezrele (infantilne) ljubavi sa pogrešnom predstavom kako smo „nesrečni od ljubavi“. Ovo stanje je kratkotrajno osjećanje koje ubrzo donosi otrežnjenje, a često i razočaranje.

Osoba koja dostigne punu psihičku zrelost gubi sposobnost da se zaljubi, ali je itekako sposobna da voli. Sva zaljubljivanja nam se dogode do 40.godine života, a poslije toga najljepše volimo zato što nam taj neko obogačuje život, puno nam znači i vrijedan je povjerenja. Takva ljubav je jasna i transparentna, ne zna za „igre“ i ne može se dogoditi ako svako od partnera nije individua za sebe, sa svojim željama, stavovima, interesovanjima i svjesnom odlukom da voli i s nekim dijeli život.

To nije zavisnička ljubav i nikada ne kaže „ne mogu da živim bez tebe“

Prva ljubav je euforično osjećanje, strast, energija, uzbuđenje, ali i tjeskoba i strah od gubitka, pravi „emocionalni koktel“ koji je nemoguće ponoviti; zato i ostaje za sva vremena duboko urezana u nama.

(Život plus)

*

Bio bih duboko nesrećan kada bi ovaj svetski cirkus prošao bez mene.

**Moj životni cilj nije da mirno umrem u krevetu,
već da ostavim neko delo po kojem će me se pokolenja sećati.
Hag je idealna prilika za takvo delo.**

(Prof.Dr Vojislav Šešelj)

*

Govorio sam da ovo nikuda ne vodi.
I, evo, stigosmo !

(Dragan Rajčević)

*

**JELOVNIK NOVAKA ĐOKOVIĆA
(„Serviraj za pobedu“)**

- Pije mlaku vodu u većim količinama tokom cijelog dana.
- Jede manuka med sa Novog Zelanda.
- Jede lagana, nemasna mesa grilovana.
- Jede svježe voće i povrće.
- Jede tjestenine, ali od pirinča i kukuruza.
- Ne jede pšenično brašno i proizvode koji ga sadrže zbog glutena.
- Ne jede pohovana niti jela spremana u dubokoj masnoći.
- Izbacio je iz ishrane šećere, kofein i alkohol.
- Izbjegava mlijeko i mliječne proizvode.
- Spava 8 sati dnevno, meditira i bavi se jogom.

(Eurobllic magazin)

Bravo, Nole !

*

Bogatstvo čovjeka mjeri se onim za čim ne čezne.

(Mahatma Gandhi)

*

Naše nutritivne potrebe su samo 30 gr proteina dnevno.
Sve preko toga organizam nije u stanju da razgradi,
pa taj proces dovršavaju – bakterije !

U popodnevnim satima nivo kortizola je najniži i šećeri se tada najbolje iskoriste.
Radi toga slatkiše treba konzumirati popodne, a ne ujutru
kada je nivo kortizola najviši.

Masti treba jesti ujutru, da bi se u jetri lakše stvarao zdravi holesterol.

*

APLAUZ je zarazan jer njegov intenzitet i dužina zavise samo od ponašanja drugih ljudi u publici.
To potvrđuje da „psihologija mase“ u većim grupama utiče da bitno mijenjamo svoje ponašanje u skladu sa ponašanjem grupe, odnosno da se ne izdvajamo već uklapamo u masu.

*

**Veoma je lako biti ateista kada si uspješan, a
veoma teško kada si na samrtničkoj postelji.**

(Dr Donald Vitaker)

*

Prije više od 5500 godina p.n.e. Crno more je bilo slatkovodno jezero na oko 50 m ispod današnjeg nivoa. Četiri velike rijeke :Don, Dnjepar, Dnjestar i Dunav su tu imali zajedničko ušće na kome je postojala drevna civilizacija sa gradom Atlantidom (to nije onaj nestali kontinent Atlantida). Srbi nose predanje da su potekli sa ušća četiri rijeke koje je progutalo more, a da su oni morali da migriraju dolinama rijeka u 4 pravca. Oni koji su otišli uzvodno dolinama rijeka Don i Dnjepar na sjever, osnovali su Rusiju. (Rasiju), oni uz Dnjestar bili su Lužički Srbi (Češka i Moravska su nazivane Srbija !), dok oni koji su otišli uz Dunav na zapad su Srbi. Prva država koju su osnovali bila je Ras (Raška), a sebe su nazivali Rasjanim Srbima (Rašanima).

Srbi koji su se povukli ka Kavkazu i Kaspijskom jezeru nazvani su Sarmatski Srbi, Sorabi (Bijeli Srbi) i osnovali su državu Serboniju (Sorabija), a Srbi na južnom pravcu (Balkan) nazvani su Crveni Srbi.

Nacionalni simbol Srba iz Dunavske Srbije je krst sa 4 ocila (ćirilična slova S) otkriveni su u Vinčanskom pismu i znak su **sjećanja na centar svijeta** koga okružuju 4 rijeke. Srbi (Sorabi) su svoju kolijevku smatrali centrom svijeta, jer je to bila najrazvijenija i jedina civilizacija toga doba.

(Volter Pitman i Vilijam Rajan, SAD)

*

Pisac Miloš Grozdanović u knjizi „Srbi jesu narod najstariji“ navodi da SORA znači „s neba“, a BI „narod“ na sanskritu. Stoga SORABI (Srbi) u prevodu znači „narod s neba“ (nebeski narod).

*

**Najviše volim tabu teme.
Tu nema šta da se piše i crta.**

(Ranko Guzina)

*

Voda najbolje skida kilograme jer nakon 35 minuta od uzimanja vode dolazi do ubrzavanja metabolizma i sagorijevanja kalorija. Svakodnevno uzimanje 2 l vode godišnje sagori 17500 kcal. više, što za rezultat ima gubitak tjelesne težine od 2,5 kg.

(Trejsi Makmilan, psiholog)

*

**Ko svoju želju zna da zadovolji – pametan je, a
ko zna da je obuzda – mudar je.**

(Immanuel Kant)

*

Izdaja voljenog partnera se oprosti ili ne oprosti.

Oni parovi koji su imali dugu vezu lakše praštaju nego „svježi“ parovi.
Mozak partnera u kraćoj vezi je na većem oprezu, opreznije donosi odluke i teže
uspostavlja odnos povjerenja. U dugim vezama sve je opuštenije pa i praštanje
nevjerstva. Emocije jesu uzburkane, ali sve to traje kraće i u blažoj formi.

*

JEDNOUMLJE SE NIKAD NE DVOUMI.

(Ranko Guzina)

*

U Bosni i Hercegovini je sredinom XIX.vijeka bilo oko 900.000 stanovnika, od
toga oko 400.000 Srba pravoslavne vjere, oko 328.000 Muslimana,
uglavnom Srba islamske vjerosiposvjести i oko 178.000 rimokatolika,
većinom pokatoličenih Srba i doseljenih stranaca.

Na Prvom katoličkom sastanku 1900.godine u Zagrebu pod pokroviteljstvom
pape Lava XIII. odlučeno je da se svi rimokatolici Balkana imaju zvati Hrvatima,
što prihvataju i brojni pridošli stranci (140.000 Nijemaca, 110.000 Mađara).
Austrijskim popisom od 1848 do 1850.g. u Istri je bilo 134.555 Srba, ali su i oni
u Krležinoj Enciklopediji proglašeni za Hrvate.

(Dr Nikola Žutić Velebitski, istoričar)

*

Psiholozi u Velikoj Britaniji smatraju da se adolescencija više na završava u 18.već traje
do 25.godine života. Po njima, sada postoje tri stepena adolescencije :

- rana – od 12. do 14.god.
- srednja – od 15. do 17.
- kasna – od 18 do 25.godine

To se dešava zbog toga što mozak nastavlja da se razvija i poslije tinejdžerskih dana.
Tokom adolescencije svi podaci u mozgu drugačije se obrađuju nego u zrelom dobu ili
djetinjstvu. Naime, mozak se tada reorganizuje, a homonalni status se mijenja.

*

Mladoženja je osvajač koji se predao !

(Savo Martinović)

*

DRAGULJI KAO LIJEK :

- RUBIN ublažava astmu.
- SMARAGD poboljšava vid.
- KORAL liječi sterilitet.
- DIJAMANT je najmoćnija amajlja.
- SREBRO štiti od briga i bolesti crijeva.
- ZLATO pomaže kod bolesti zglobova, srca i introvertnosti.
- AMETIST je „kamen sreće“ koji smiruje.
- AKVAMARIN njeguje vjernost.

*

Tuga koja se ne pokazuje kroz suze prouzrokuje plač unutrašnjih organa.

(Henri Modslji, psihijatar,XIX.vijek)

SUZE „spiraju“ iz naše duše nerealne nade, iznevjerena očekivanja, neispunjene potrebe, laganje samoga sebe, samoobmanjivanje, neostvarenu ljubav....
Pred nama su dva puta: ili ćemo sebe lagati, zavaravati se da ne bismo osjetili bol ili ćemo,pak, biti hrabri, suočiti se sa našim bolnim životnim istinama i – zaplakati.

Prave suze i plakanje pojavljuju se tamo gdje je prije toga bila ljubav, a poslije pravog, zdravog plakanja osjećamo se bolje, iskreno se vraćamo sebi, svom pravom JA, svojoj pravoj istini.

Muške i ženske suze su gotovo potpuno izjednačene kada se radi o velikim emotivnim gubicima, o doživljavanju bola zbog gubitka roditelja, brata, sestre, djeteta ili voljenog partnera.

(Marjan Tošić, psiholog)

*

**Kada mislite da je sve što vam se dešava nečija tuđa krivica, mnogo ćete patiti.
Kada shvatite da sve izlazi iz vas, upoznaćete radost i mir.**

(Dalaj Lama)

*

GREŠKE SE UVIJEK MOGU OPROSTITI, AKO IMAMO HRABROSTI DA IH PRIZNAMO.
(Brus Li)

*

Što je babi milo dedu bi ubilo.

(Savo Martinović)

*

Nekoliko puta sam išao u Skadarliju gdje lokalni muzičari razmjenjuju emocije sa ljudima koji uživaju u životu. Veoma mi se dopalo, pa sam želio da savladam magiju muzičara koji u isto vrijeme pjevaju, sviraju, smiju se, namiguju ženama... Kazali su mi da treba da sviram strasno, makar promašio i neku notu, i ja upravo tako učim momke iz benda da sviraju „Jovano, Jovanke“.

(Najdžel Kenedi, britanski violinista-virtuoz)

*

Kada odem u Kinu uvijek me uhvati velika nostalgija za Hrvatskom, a kad dođem ovdje, u Zagreb, onda shvatim da je nostalgija bolji izbor.

(Ćiro Blažević. selektor i trener svih trenera)

*

Osobe osjetljive na gluten moraju izbjegavati: musli, žitarice, hljeb, tjestenine, kačkavalj, stare sireve, viršle, kafu od ječma, soju, sosove od soje , njoke i pohovana jela.

Pirinač, proso, heljda i kukuruz ne sadrže gluten.

*

U Nacionalnom parku „Sutjeska“ na Tjentištu 2013.godine organizovana je studentska omladinska radna akcija po uzoru na one iz vremena Titove Jugoslavije.

Akciji se pridružio i predsjednik Republike Srpske Milorad Dodik. Kada mu se obratio novinar sa podsjećanjem, da je „sve isto, samo Njega nema“, dobio je odgovor : „Koga ima ima, koga nema nema...“

*

Radite i pjevajte jednako.

To je jedini način da se blagodarno osvetite neprijatelju.

*

**Čovječe, živi slobodno, budi putokaz, gordo stremi, nikad ne robuj i
ne pretvaraj se u – spomenik.**

(Janko Brašić, narodni umjetnik)

*

JAJA i KARAKTER .

- **Poširana jaja** vole ekstrovertne osobe, srećnije od drugih.
- **Kuvana jaja** ukazuju na neorganizovanu osobu, sa rizikom za razvod braka.
- **Jaja „na oko“** voli radnička klasa sa jakim seksualnim nagonom.
- **Kajganu** preferiraju samodisciplinovane osobe, obično bez potomstva.

*

NIJE LAKO BITI IDEALAN BEZ IDEALA.

(Milan Milivojević)

*

Anestezija predstavlja arteficijalnu potpunu motoričku i osjetilnu blokadu.
Analgezija je blokada sa smanjenom čulnom osjetljivosću ali uz očuvanu motoriku.

Epiduralna analgezija kod porođaja vrši se davanjem anestetika preko epi-katetera s ciljem da se porođaj ubrza, da porodilja ne osjeća kontrakcije materice, ali da osjeća napone.

Kontraindikacije : alergija na anestetik, poremećaji koagulacije, hematološka oboljenja.

„Carski rez“ sa epiduralnom anestezijom je pouzdaniji, a oporavak brži nego što je to sa opštom anestezijom. Kod hitnog „carskog reza“ epiduralna anestezija se ne primjenjuje.

(Dr Spaso Anđelić, GAK, Beograd)

*

**Upisao sam dete u prvi razred.
Odeljenje za pušače !**

(Goran Mrakić)

*

Ranije, kada sam bio u braku nikad nisam varao, ali sam kasnije sve to nadoknadio.

(Hju Hefner, vlasnik „Playboy-a“)

*

Zločinac je prvostepenom presudom osuđen, a
drugostepenom oslobođen.

Niko ne može da dva puta bude kažnjen za isto delo.

(Bojan Rajević)

*

Apelacioni sud u Maleziji donio je presudu da nemuslimani ne mogu koristiti riječ Alah kad govore o hrišćanskem Bogu, jer riječ Alah nije integralni dio hrišćanske vjere i izaziva konfuziju u nemuslimanskoj zajednici.

(Press RS)

*

Prijateljstvo nagrađujem sto puta, izdaju i neverstvo kažnjavam hiljadu puta.

(Prof.dr Mirjana Marković, JUL)

*

Na svijetu se danas govori oko 6.000 jezika .

Najteži jezici za učenje su poljski, finski, mađarski, estonski, ukrajinski, zatim ruski, srpski, kineski i japanski. Razlog tome je što sve ove jezike odlikuje kompleksna gramatika, bezbroj vremena, padeža i nastavaka, brz izgovor i bezbroj varijacija i kombinacija.

Za učenje stranog jezika potrebni su afinitet, upornost, posvećenost i odgovarajući metod učenja.

(„Citizen of the world“)

www.srpskijezik.com

*

7 razloga zašto muškarci varaju :

1. Zbog nagona koji muškarce čini manje izbirljivima od žena kada je seks u pitanju.
2. Nizak nivo oksitocina („hormon nježnosti, privrženosti i povjerenja“) u krvi muškaraca.
3. Zbog osjećaja praznine u životu, naročito ako je muškarac ekonomski zavisan od svoje partnerke.
4. „Kakav otac, takav sin.“
5. Nizak nivo samopouzdanja i nesigurnosti utiču na mušku odluku da prevare partnerku.
6. Za mušku nevjeru često su krive zapravo žene, jer se muškarci na prevaru odlučuju zato što su nezadovoljni svojim trenutnim seksualnim životom.
7. Muška potreba za seksom je dvostruko snažnija nego kod žena, pa je zbog toga i sklonost za prevare kod muškaraca veća.

(Multicentrična studija)

*

Strogost rađa strah, ali grubost rađa mržnju.

*

Srpskog vođu Karađorđa
ubio je drugi vođa.
Mesto gde je bilo klanje,
Srbi zovu Radovanje.

(Petar Pajić, pesnik)

*

Umjetnost je laž koja nam pomaže da spoznamo istinu.

(Pablo Pikaso)

Puno ime PABLA PIKASA (1881-1973) je Pablo Dijego Hoze Francisko de Paula Huan Maria de los Remidios Cipriano de la Satistima Trinidad Martur Patricio Cito Ruiz Pikaso i čine ga imena raznih svetaca i rođaka. Prema španskom zakonu djeca su tada dobijala prezime oba roditelja, ali je Pikaso uzeo samo majčino.

Žene su uvijek bile njegova najveća inspiracija. Svaka njegova ljubavnica ovjekovječena je na platnu ili obrnuto – svaki njegov model završavao je u njegovom krevetu.

Pablo je bio najveća ljubav mog života, ali otišla sam prije nego što me je uništio. Čovjek mora nešto da preduzme da zaštititi sebe. Ja jesam. Ostale nisu. Pogledajte šta im se dogodilo – držale su se moćnog minotaura i platile žestoku cijenu. Za njega su postojale samo dvije vrste žena – boginje i otirači za cipele.

Pablo je mislio da je bog, ali nije bio bog i to mu je smetalo. Opsesivno je slikao svoje ljubavnice prikazujući ih izmučenim u dijelovima, kao da ih je sastavljaо, pošto bi ih uništavao u privatnom životu. Pikasov način da „ubije“ ženu je bio što naslika njen potret.

(Frangoaz Žilo)

*

Dobro otvori oči s kim ćeš da spavaš.

(Savo Martinović)

*

Osobe koje „preskaču“ doručak imaju za 27% veći rizik od srčanog udara ili smrti od drugih kardiovaskularnih bolesti.

Osobe koje imaju naviku da kasno večeraju imaju isti rizik, ali veći za 55%.

*

ŽENE koje hodaju sedam sati nedjeljno imaju 14% manji rizik da obole od raka dojke u odnosu na one koje hodaju tri puta manje.

*

Šta vam je, pa danas se samo telegrami čitaju.
Reci nešto, napiši ili odigraj brzo, ako želiš da te iko vidi i sasluša.

(Dušan Kovačević, pisac)

*

Približavanje EU ide uz pomoć nerazumljivih termina i rogobatnih izraza.

SKRINING je prva faza koja prethodi otvaranju pristupnih pregovora. Predstavlja analitički pregled zakonodavstva zemlje kandidata i prilagođavanje pravnim tekovinama EU (AKI) otkucanim na 80.000 stranica ! Odvija se kroz tri etape :

1. EKSPLANATORNI SKRINING je kada eksperti EU predstavljaju evropska pravila i traje po dva dana za svako poglavlje,
2. BILATERALNI SKRINING je etapa u kojoj zemlja kandidat predstavlja svoje viđenje usklađenosti sa predočenim tekovinama EU.
3. IZVJEŠTAJ O SKRININGU izrađuje Evropska komisija i daje ocjenu spremnosti zemlje kandidata za otvaranje pregovaračkog poglavlja ispostavljajući zadatke i mjerila (benčmark) koje treba po poglavljima, a ima ih 35, i ispuniti.

PRISTUPNI PREGOVORI se odnose na to kako će konkretna država da primijeni tekovine EU (usvojeno zakonodavstvo, slobodno kretanje ljudi i roba, carinska unija, spoljni poslovi, statistika i dr.).

PREGOVARAČKI OKVIR je vodič kako bi se započeli pristupni pregovori (uslovi, pravila) i s njim se moraju saglasiti sve zemlje članice EU. Predlaže ga Evropska komisija, usvaja Evropski savjet, a potom se održava prva međuvladina konferencija između EU i zemlje kandidata. To je početak pristupnih pregovora.

(Novosti)

*

Istina teško prodire u um koji se tome protivi.

*

Filter-kafa povećava holesterol u krvi, jer sastojci koji doprinose suprotnom efektu ostaju na filter-papiru !

*

Djeca rođena u periodu od aprila do jula, kada porastu češće postaju ljekari, dok djeca rođena između septembra i decembra češće postaju fudbaleri.

*

Kada se budala popne na vlast, ne ume da siđe.
Može samo da padne !

(Savo Martinović)

*

U cijelom svijetu **dva tabora** se bore za prevlast:

1. JEZUITI (Rimokatolički tabor) kontroliše Evropu (bez Velike Britanije), i saveznike. Sjedište im je u Vatikanu odakle utiču na Vatikansku banku, Evropsku centralnu banku, EU, NATO...Lideri demokratske stranke su često i pripadnici Malteškog reda, moćne jezuitske katoličke organizacije u oblasti međunarodnog prava, koja ima 96 ambasada i mnoge misije u OUN. Otvaraju škola i fakultete, a cilj im je kontrola obrazovanja, medija, zakonodavstva, zdravstva i političara. Za svoje najveće neprijatelje smatraju masone, koje nazivaju satanistima.

2. MASONSKI TABOR kontroliše Ameriku, Veliku Britaniju i saveznike. Sjedište mu je u Vašingtonu (Vrhovni savjet 33 stepena) i djeluje preko Bilderberg grupe, Trilateralne komisije, banaka i Federalnih rezervi...Masona skoro da nema u katoličkim zemljama.

Dinastija Obrenovića bila je pod uticajem jezuita, a Karađorđevići masona.

*

**Svaka greška se može ispraviti sem ogrešenja o savjest.
To se ne oprašta.**

(Predrag Milivojević, novinar)

*

Srbi treba da znaju – Njemačka ima potrebu da se opere od masovnih zločina.

Srbi su joj pogodan „sapun“ za to, a imaju i ruke „Druge Srbije“ da obavi prljav posao. Tako se dogodilo da je njihov istoričar Fišer odavno utvrdio da je za Veliki rat kriva Njemačka, a prije neki dan „Die Welt“ piše da su krivi Srbi i Rusi !

(Emir Kusturica, reditelj)

*

Od Francuske u 20.vijeku ostaće upamćena samo tri imena :
De Gol, Pikaso i Koko Šanel.

(Andre Marlo,pisac)

*

**Vidimo vezu između GMO i LGBT.
I jedno i drugo je protivprirodno.**

(Ranko Guzina)

*

Nije tačno da pametan piše, a budala pamti.
Ima budala i koje pišu.

(Goran Radosavljević)

*

„Koka-kola“ , kafa i energetska pića bogata kofeinom opasna su za tinejdžere, jer sprečavaju pravilan razvoj i rad mozga. Svakodnevnom konzumacijom 3-4 šoljice kafe ili 3 energetska pića ili koka-kole u organizam se unosi 300-400 mg kofeina, što onemogućava duboke faze sna neophodne za stvaranje sinapsi u mozgu.

(Prof.Dr Reto Huber, Univerzitet Cirić)

*

RAK je bolest koja nije uzrokovana bakterijom, virusom ili toksinima, već ga uzrokuje **avitaminoza** jedne esencijalne materije – **vitamina B-17**. Vitamin B-17 (amigdalin) izolovao je Dr Ernest Krebs još 1952.godine u San Francisku i dao mu ime **LAETRIL**.

Vitamin B -17 se nalazi u 1.200 jestivih biljaka, a naročito u sjemenkama gorkog badema, breskve, šljive, trešnje, lana, kukuruza, proса, te u divljim kupinama, ribizlama, nektarinama, mahunarkama, indijskom orahu, a najviše u kajsijama !

Amigdalin se sastoji od po jednog molekula benzaldehida i hidrocijanida i dva molekula glukoze. Prva dva su otrovni elementi, ali u kombinaciji sa glukozom nemaju toksično djelovanje. U kontaktu sa enzimom beta-glukozidazom, koje inače ima u tijelu a naročito u ćelijama raka, oslobađaju se benzaldehid i hidrocijanid i zajedno razorno djeluju isključivo na ćelije raka !

Poznato je da ćelije raka za svoj razvoj koriste glukozu, ali unosom vitamina B-17 one apsorbuju glukozu zajedno sa pomenutim toksičnim molekulama i potom - izumiru.

Zbog toga se bolesnicima od raka savjetuje da izbjegavaju rafinisane šećere, brašno, gazirana pića, mlječne proizvode, transmasne kiseline, pomfrit, aspartam, višemasna nezasićena ulja, ulje kukuruza, alkohol, kafu, jer sve ove namirnice „hrane“ rak, dok teletina, čuretina i druge namirnice bogate proteinima ometaju i iscrpljuju imuni sistem.

(Mr Edvard Grifin u knjizi „Svijet bez raka“)

*

RADNI STO ZA STAJANJE će uskoro zamijeniti klasične radne stolove, jer ljekari stalno upozoravaju da zaposleni previše sjede i tako urušavaju svoje zdravlje. Cijena modela sa ugrađenim Wi-Fi i Bluetooth biće oko 3.800 \$.

*

Crnogorci ne bi bili pod Turcima da tada nisu bili Srbi !

(Veljko Rajković)

*

Niko ne može pomoći svima, ali svako može pomoći bar nekome.

(Ronald Regan, bivši predsjednik SAD)

*

Za svjetski mir je dovoljno da Amerika ne ide u mirovne misije.

(Mitar Đerić)

*

Oduvek mi je želja bila da sve što mi u životu treba (ne računajući kadu, krevet i frižider) imam uvek uz sebe. Danas je to apsolutno moguće. Već sada u torbi, ne većoj od akt-tašne, imam moćan prenosni računar, radio studio, video-montažu, fotoaparat, mini DVD kameru, neopisivo veliku biblioteku muzike, filmova i knjiga, internet-vezu, telefon. Dakle, uopšte ne moram da budem kod kuće da bih se svuda osećao kao kod kuće.

(Zoran Modli, voditelj, DJ, novinar, pilot)

*

Ukoliko se tri i više sati dnevno provodi ispred kompjutera, TV i drugim elektronskim uređajima sa ekranom, nastaje tzv. kompjuterski sindrom: zamor, glavobolja, bolovi u vratu, leđima, dupli i/ili zamegljen pogled, što sve izaziva smanjenu produktivnost na radnom mjestu ili uspijeh u školi.

Koncentracija i usredsređen pogled na ekran dovodi do rjeđeg treptanja, isušivanja očiju i većeg zamaranja očnih mišića.

Problem „kompjuteskog vida“ može se ublažiti nošenjem naočara za rad i upotrebom kapi za vlaženje očiju. Inače, kompjuterski sindrom ne dovodi do retinopatije niti glaukoma.

(Dr Rejčel Bišop, Nacionalni institut zdravlja, Vašington)

*

- Kako zvuči psovka profesora književnosti ?

- ?!?

- Sedneš mi na lokativ imenice nakit !

*

STAJANJE i ČEKANJE u redu ima i dobre strane, jača karakter i razvija strpljenje, jer kad čekamo ono što želimo to na kraju i cijenimo više nego da smo to dobili odmah. Uz to, čekanje u nekom redu daje nam priliku za razmišljanje ili uživanje u omiljenom CD-u. To je svakako daleko bolje nego da budemo „šetajuće bure baruta“ koje se aktivira na čekanju !

(Univerzitet Čikago)

*

Tri puta vode do mudrosti :

- razmišljanje – ono je najplemenitije
- odgoj – on je najlakši
- iskustvo – ono je najneugodnije

(Konfučije)

*

Parkinsonova bolest nastaje zbog niskog nivoa dopamina u dijelu mozga koji ima važnu ulogu u kontroli voljnih pokreta. Češće pogarda muškarce, naročito poslije 60.godine života, nego žene.

Nedvosmisleno je dokazano da Parkinsonovoj bolesti prethodi depresija.

Bolest je prvi opisao londonski ljekar dr Džejms Parkinson 1817.godine.

*

NEOBIČNA, ALI EFIKASNA DIJETA

Doručak : jedan keks i jedan seks

Ručak : dva keksa i dva seksa

Večera : tri seksa, bez keksa

PS.Ukoliko ova dijeta ne da rezultate, pojačajte večeru !

*

Stjuardese nisu „leteći sisari“ već „andđeli čuvare“, da vam spasu život kada stvari krenu naopako.

(Zoran Modli, pilot)

*

Kako mališana poučiti da postane džentlmen :

- naučite ga da vodi, a ne da ide za gomilom
- naučite ga da je u redu ponekad i izgubiti, te da na poraz gleda kao na priliku da nešto nauči
- naučite ga da poštuje svačije mišljenje pa čak i kada se ne poklapa sa njegovim
- naučite ga da izrazi i neslaganje s tuđim mišljenjem, ali da drugu osobu mora poštovati
- naučite ga da sagovornika gleda u oči
- naučite ga da se zahvaljuje i uvijek pokazuje dobre manire
- naučite ga da kanališe energiju i u radosti i u stresu i kako da se izbori sa problemima i emocijama
- naučite ga da uvijek bude iskren i plemenit i da velikodušnost nije vezana samo za novac
- dajte mu priliku da osjeti ponos nakon učinjenog dobrog djela i da shvati da su njegova ljubav i trud vrijedniji od svakog novca

*

Tiranin ne može da ode sa vlasti, a da ostane živ !

(Ksenofan)

*

Nekada su nam živote ugrožavali tigrovi, a danas nam ih ugrožavaju šefovi.

Naime, posao nam je postao pitanje života i smrti.

Zbog velike konkurenčije i truda da zadovoljimo nadređene i pokažemo kako smo sposobni, „zapinjemo“ u radu i preko svojih mogućnosti ostvarujući ogroman pritisak i na psihu i tijelo. A onda dođu posljedice...

(Dansko istraživanje)

*

PROTIV UPORNE GLAVOBOLJE :

1. **Zeleni ili crni čaj** uz dodatak malo **nane** otklanja glavobolju već za 15-20 minuta.
2. **Valerijana** – 1 supenu kašiku korijena kuvati 15 minuta i uzimati 3x1 kašiku na dan.
3. **Matičnjak** – 15 gr preliti vrelom vodom, ostaviti 30 minuta, procijediti i piti 5-6 puta dnevno po 1-2 supene kašike.

*

**MMF traži da se u Srbiji ide u penziju sa 67.godina života,
ali najstariji poslanik Jovan Krkobabić se ne slaže :
„Rano je to, pa to su još deca!“**

(Dejan Pataković)

*

Kad god uhvatite sebe da govorite ili mislite negativno i o lošim ishodima, okrenite ploču!

Morate preboliti sve loše iz prošlosti, misliti intuitivno, a ne samo „realno“.

Zamišljajte događaje sa pozitivnim ishodom kako biste ih privukli u svoj život.
Iznenadite se koliko će se brzo u vaš život useliti dobri ljudi, dobre prilike i okolnosti.
Sličnosti se privlače !

*

Ja sam normalan čovjek kakvog u životu niste sreli.

(Savo Martinović)

*

Kada varaju svoju stalnu partnerku muškarci ne gledaju baš na ljepotu žene s kojom vrše preljubu, jer su im mnogo važnije od ljepote strastvenost, nježnost i pažnja.
Sličan pristup imaju i žene koje varaju svoje partnere. Naime, i njima je važnije od ljepote da je ljubavnik u boljoj formi i da ih više cijeni nego rođeni muž.

*

NIKAD NEĆEŠ DOBITI NEŠTO ZA NIŠTA.

*

Zdravlje nije domen eksperata, već nas samih. Uzmite odgovornost za svoje bolesti i za svoje zdravlje, bavite se zdravljem a ne bolestima i verujte prirodi.

Zvuči šašavo, ali funkcioniše.

Ja mogu da poljubim oboljelog od gripa i da se ne razbolim, a vi ?

(Prof.Dr Maja Volk, dramaturg)

*

OTKAZ NA POSLU ? PA ŠTA ?!

Gubitak posla može biti posljedica različitih stvari: opšta kriza, previše zaposlenih, lični sukob interesa, tehnološki višak, niste dali svoj maksimum na radnom mjestu i dr.

- Bez obzira na razlog otpuštanja prihvate činjenicu da ne može sve uvijek da uspije.
- Ne krivite sebe niti bilo koga drugog za uručeni otkaz.
- Fokusirajte se na to da budete smireni i da „ne polupate sve oko sebe“.
- Otkaz dostojanstveno prihvatite.
- Ne morate, ali možete učitivo da upitate šta ste to mogli drugačije da uradite na radnom mjestu, kako biste naučili lekciju za buduće zaposlenje.
- Svoj bijes sakrijte i rastanite se sa poslodavcem u dobrim odnosima zbog preporuka za sljedeći posao.
- Nemojte previše i predugo da žalite zbog otkaza i ovu epizodu ostavite iza sebe.
- Sljedeći prioritet neka vam bude novi posao i što prije se bacite na potragu za njim.

Zapamtite: neke stvari se raspadnu, samo da bi neke bolje mogle da se sastave.

I posao je poput ljubavne veze, nekad traje dugo, a nekad privremeno...

*

Ako je batina iz raja izašla, to znači da je i u raju bilo batinjanja.

(Ranko Guzina)

*

Uspeh zavisi od dobre pripreme.

Bez nje neuspeh je siguran.

(Konfučije)

*

Djevojke iz snova samo u snovima i postoje.

(Aleksandar Čotrić)

*

HROMOTERAPIJA (kolorterapija) :

CRVENA	Popravlja cirkulaciju, aktivira žljezde, liječi kičmu (crveni šal). Nepoželjna je za srčane bolesnike.
ŽUTA	Boja mudrosti i intelekta. Energizira i detoksicira organizam, liječi stomačne tegobe, mišiće, depresiju.
NARANDŽASTA	Podstiče razmišljanje, otklanja strahove, izvlači iz depresije, smiruje astmu i reumatske tegobe. Izaziva grčeve u želucu !
ZELENA	Smiruje nervni sistem, migrenu, povišeni krvni pritisak. Liječi bubrege, bešiku, želudac i žljezde.
PLAVA	To je boja intuicije i mentalnih sposobnosti. Stimuliše štitnjaču, disanje, smiruje nervozu, bolne menstruacije, disanje, usporava rad srca. Traka plave boje vezana oko glave smiruje migrenu !
INDIGO PLAVA	Smiruje upale kože i bolove u zglobovima. Djeluje protiv straha, otklanja umor, nesanicu i „budi treće oko“.
RUŽIČASTA	Povoljno djeluje na emocije i smiruje agresivnost.

VIZUALIZACIJA BOJA

ZA RADOŠT	Udišite narandžastu, a izdišite plavu boju.
ZA VITALNOST	Udišite crvenu, a izdišite tirkiznu.
ZA RAVNOTEŽU	Udišite zelenu, a izdišite crvenoljubičastu.
ZA SAMOPOUZDANJE	Udišite ljubičastu, a izdišite žutu.
ZA INTELEKTUALNE SPOSOBNOSTI	Udišite žutu, a izdišite ljubičastu.

(Boni Vajtington, „Enciklopedija alternativne medicine“)

*

Ako želite da bolje čujete šapat slušajte ga desnim uhom, a tihu melodiju lijevim.

*

Srpski specijalitet : vruć krompir od ruke do ruke !

(Ivko Mihajlović)

*

Priča o smaku sveta nije dovršena.

U svetu postoje 23.574.- nuklearne glave, a nijedna nema mozga.

(Ranko Guzina)

*

Rad ne postoji da bi se zaradio novac, već da dokažemo da smo živi.
(Mark Šagal, slikar)

*

Došao je kraj ere antibiotika !

Antibiotici su bili čudesni lijekovi, ali nismo dobro brinuli o njima i
sada su neefikasni.

Naime, ljudi i domaće životinje su prezasićeni antibioticima pa su bakterije vremenom
postale otporne na dejstvo tih lijekova.

(Centar za kontrolu i prevenciju bolesti, Velika Britanija)

*

Prekomjerno korišćenje interneta povezano je sa depresijom, ali ne znamo šta se
prije javlja – da li internet privlači depresivne osobe ili im je izvor depresije.

(Dr Katrion Morison, Univ. Lids)

*

Začuđujuće je istraživanje u starim zabrudama;

Institut za srpski jezik sastavlja Rečnik srpskohrvatskog jezika !

Zar ne bi bilo prikladnije da sastave Rečnik srpskog jezika, pa na kraju dodaju jedan tom
kroatizama, turcizama i montenegrizama ?

Mačići se rađaju slepi, pa progledaju.

(Gojko Đogo, pesnik)

*

Zavrnuti rukopis je obavezni predmet na medicinskom fakultetu.

(Zoran Nikolić Zozon)

*

Ima ljudi koji se ceo život predano trude da nešto urade, a onda ih predstavljaju
kao „čoveka koga ne treba posebno predstavljati“ !

(Dejan Mijač, reditelj)

*

Dok spavamo naš mozak se mijenja kako bi se očistio od toksina i drugog
misaonog otpada koji se sakupio tokom dana. U snu se ćelije mozga stisnu, a
međućelijski prostor poveća, što omogućava da u mozak dođe više tečnosti
koja ga doslovno ispira i čisti.

(Univerzitet Ročester)

*

Kosovo je bilo srpsko i tako će i ostati !

(Ilija Vasić)

*

MEDITACIJA je način da upoznamo sebe, svoje pravo JA, sticanje unutrašnjeg osjećaja
šta nismo mi, šta je to što je suvišno, čega se treba oslobođati a čemu pridajemo veliki
značaj, šta je bitno a šta nebitno, šta je čisto a šta je prljavo, šta je vječno a šta prolazno,
šta je istina a šta neistina.

Meditacija izbacuje nagomilane mentalne toksine nakon čega postižemo unutrašnju
slobodu i duboki mir.

Misli koje nam promiču u fazi smirivanja posmatrajmo kao beznačajne oblake koji
prestaju da budu ljepljivi.

Misli pripadaju prošlosti ili budućnosti pa su jalove, jer nas odvajaju od jedine istinite i
realne sadašnjosti.

Meditacija treba da nas oslobodi od misli, a ne da jednu grupu misli zamijeni drugom,
kobajagi „duhovnom“, koja će postati dogma.

Meditacija nikako ne smije da nas učini umišljenim i „važnim“.

*

Tišina je izvor velike snage.

(Lao Ce)

*

Drveće koje sporo raste daje najbolje plodove.

(Molijer)

*

U Francuskoj postoji običaj da se kaže da levica izdaje narod, a desnica naciju.

Ni levica ni desnica se danas ne brinu ni za narod ni za naciju.

Ekstremisti su za mene mondijalisti koji uništavaju nacije i tradicionalne kulture,
a ne krajnja levica ili desnica !

(Alen Pokar, pisac)

*

Političari su kao vrane. Prave veliku buku kad uzleću, a još veću kad sleću.

(Radojica Becić)

*

Većina ljudi ima veće oči nego stomak, pa na kraju hranu i baca !

*

9 faza braka : kako ga graditi, uzdrmati, sačuvati

1. **Mlada puna nade** – uživa u strasti, intimnosti i posvećenosti.
Preporuka: potrebno je razvijati i prijateljstvo.
2. **Savršena supruga** – nakon 2-3 godine braka žena postaje kuvarica, čistačica i poslovna žena.
Preporuka: imajte u vidu da nijedan brak nije idealan.
3. **Djeca u centru pažnje** – žena gubi interesovanje za partnera.
Preporuka: djeca ne smiju biti razlog za to.
4. **Zajednička postelja, različiti snovi** – oko 10.godine braka nezadovoljstvo supružnika raste zbog nesporazuma oko novca i vaspitanja djece, javlja se želja da se ode iz braka.
Preporuka: spustite malo kriterijume.
5. **Udaljavanje** – u 15.godini braka žene se okreću sebi, karijeri ili hobiju.
60% njih se upusti i u preljubu na radnom mjestu.
Preporuka: ponovo uspostavite bliskost sa mužem.
6. **Moguć razvod** – nakon 20 godina braka djeca su odrasla, žena ostvarena i finansijski nezavisna, pa je razvod izvjestan.
Preporuka: posavjetujte se sa psihoterapeutom.
7. **Pregovori** – u periodu od 15 – 30 godina bračnog staža žene razmatraju bračnu situaciju i zaključuju da je ipak bolje da se ne razvode, jer ni udovice nisu baš najsrećnije.
Preporuka: popravite i oživite bračnu zajednicu.
8. **Ravnoteža** – nakon 30 do 40 godina braka već je kasno za manipulacije, nadmudrivanje i igre moći. Sva maštanja o braku bivaju zamijenjena realnošću.
Preporuka: budite najbolji prijatelji sa zajedničkim interesovanjima.
9. **Samilost** – 50 ili 75 godina braka pokaže koliko je važno poštovanje i oprашtanje.
Preporuka: budite jedno drugom podrška, ne prepirate oko prošlosti, ne svađajte se i naučite kako da izađete na kraj sa manama partnera.

(Suzan Šapiro Baraš)

*

Šampanjac je jedino vino poslije kojeg žena ostaje lijepa.

(Madam De Pompadur, 1721-1764.)

*

Da biste sačuvali vid, nakon svakih 10 minuta čitanja ili rada na kompjuteru
pogledajte neki predmet udaljen 3 ili više metara od vas i zadržite
pogled na tom predmetu 10 sekundi, uz ravnomjerno disanje i treptanje.

Pomoći **pravila 10 – 3 – 10** (10 minuta – 3 metra – 10 sekundi) i trepćući 1 puta na
svakih 5 sekundi, steći ćete naviku da odmarate i „podmazujete“ oči i tako
(sa)čuvate svoj vid.

Izbjegavajte i rad na kompjuteru u mraku, jer to jako šteti vašem tzv.perifernom vidu.

(Alternativa za vas)

*

„Nepromišljene“ ženske rečenice – „ubice ljubavi“ :

- Popričaće s nekim ko me razumije...
- Ti nikada / ti uvijek....znaš na šta mislim...
- S tobom se ne može razgovarati...
- Moj bivši bi to učinio za mene...
- Dosadan si...
- Veličina nije bitna...

*

Ljubav, to je cito život žene, a samo epizoda u životu muškarca.

(Žan Pol Sartr, filozof)

*

S godinama sve počinje da visi, pa šta sad ?!

(Selin Dion, pjevačica)

*

Ljudi više **lažu i varaju** popodne, kada im zbog zamora i neprekidnog donošenja
odluka oslabi samokontrola. Ovo je naročito izraženo kod osoba visokih moralnih
standarda, koji ih poštuju prije podne, ali popodne u tome posustaju.

Za razliku od njih, osobe koje ne drže do morala bez griže savjesti
lažu i varaju u svako doba dana.

(Univerzitet Harvard)

*

Šta god da radiš u životu, daj od sebe sto odsto, osim kad daješ krv !
(Stefan Kapičić)

*

TAJNE koje kćerke NE bi trebalo da povjeravaju MAJKAMA:

- O sumnji da je muž vara, jer će majka promijeniti svoj odnos prema zetu.
- O finansijama i dugovima, jer će majka patiti ako ne može da pomogne.
- O svom seksualnom životu, jer kćerka je za majku uvijek dijete.
- O svojim vanbračnim izletima, jer to majka ne prihvata.
- O vaspitnim metodama svoje majke.

*

Trepčuća bolest (vertigo) nastaje kada trepčuće svjetlo ili zvuk izazove epileptične napade, mučninu, glavobolju, preosjetljivost na pokret, pospanost, gubitak svijesti ili konvulzije.

U eksperimentu 25% ispitanika ima navedene manifestacije, a 4% čak izgubi svijest !

Stroboskopsko oružje nije imalo puno uspjeha, ali **LED omamljivač** jeste; izaziva dezorientaciju, mučninu, vrtoglavicu, zasljepljenost i već je primjenjivan na vozačima važnih ličnosti prilikom atentata !

*

REDUKCIONE DIJETE i smanjen unos kalorija povećavaju rizik od prehlade i doprinose lakšem razbolevanju, jačim simptomima i dužem trajanju bolesti.
Masti u organizmu predstavljaju rezervnu energiju za borbu protiv virusa.

(Univerzitet Mičigen)

*

Pohovano meso biće ukusnije i rumenije ako prezle izmješamo
sa struganim parmezanom.

*

Italijanski istraživači tvrde da se **HRKANJE i obstruktivne noćne apneje** mogu sprječiti navlačenjem elastičnih kompresivnih čarapa do butina tokom noći !

*

Žena drži 4 čoška od kuće, a muž 4 čoška od kreveta.

*

Ovo je dvadeset prvi vek, a mi još uvek delimo ljudе
po polnim razlikama.

(Ranko Guzina)

*

Moja supruga i ja saznali smo tajnu srećnog braka.
Dva puta nedjeljno odemo u fini restoran na finu večeru, dobro vino...
Ona ide utorkom, a ja petkom.

(Henri Jangman)

*

Muškarci koji ne doručkuju imaju 27% veće šanse
da umru od srčanog udara ili dobiju hroničnu bolest srca.

(Univerzitet Harvard)

*

Šta su muslimani ? SDA ih je pretvorila u Bošnjake.
Šta su Bošnjaci ? Bošnjaci su regionalna oznaka.

U našoj svijesti mi smo muslimani. Mi muslimani se nalazimo u još jednoj dilemi
– da li prelazimo iz vjerske zajednice u narod ili ostajemo još vjerska zajednica.

Mi nismo načisto šta su muslimani - narod ili vjerska zajednica.
Nacija, sigurno, nisu.

(Dr Halid Čaušević)

*

Stari Indijanac priča unuku o tome kako se osjeća. Kaže mu:
„Kao da imam dva vuka koji se bore u mom srcu.
Jedan vuk je osvetoljubiv i nasilan, drugi je saosjećajan i dobroćudan.“
Unuk ga pita: „A koji će vuk pobijediti u tvom srcu ?“
„Onaj kojeg budem hranio.“ - odgovara djed.

*

TOLERANCIJA dolazi sa razumijevanjem, razumijevanje dolazi sa ljubavlju,
ljubav dolazi od spoznaje i svijesti o sebi i sopstvenom zlu.

*

**Suština svake diplomatiјe jeste da od neprijatelja pravi neutralca,
od neutralca saveznika, a od saveznika prijatelja.**

(Prof.Dr Miroljub Jevtić)

*

Kad žena okači sliku svoga muža na „Fejsbuk“ to je gotovo uvek da nekoga podseti da je udata. Ponekad nekog drugog, a najviše sebe.

(Bojan Ljubenović)

*

Prirodna boja kose i žene :

PLAVOKOSE : Sklone su kožnim i očnim oboljenjima.
Muškarci ih shvataju neozbiljno, kao djevojčice i traže samo avanturu, ali ne i brak.

BRINETE : Češće pate zbog hormonalnih problema, opadanja kose i nikotinizma.
Muškarci ih češće žene i rijetko ostavljaju.

CRVENOKOSE : Slabijeg su imuniteta, pate od bolesti usne duplje i zuba i slabije podnose bol.
Kao partnerke su zabavne, češće vode ljubav, uporne su i sklone promjenama.

* Seksualna asertivnost je sposobnost da se bez straha i stida iskažu seksualni stavovi, želje i potrebe.

*

- SLOBODNI RADIKALI su molekuli koji imaju 1 ili više nesparenih elektrona. Ovi radikali mogu da oduzimaju elektrone drugim molekulima, i kada se to desi važnijim molekulima npr. proteina, nukleinskih kiselina ili masti dolazi do promjene njihove strukture i osobina i remećenja biohemičkih procesa u organizmu.
- 1-5% udahnutog kiseonika pretvara se u radikale pod dejstvom enzima kod detoksikacionih procesa.
- Antioksidanti su enzimi koji sprečavaju aktivnost slobodnih radikala.

*

KREATIVNE OSOBE su sklonije anksioznosti, bipolarnom poremećaju, shizofreniji, unipolarnoj depresiji, korišćenju narkotika i dva puta većim šansama za - samoubistvo.

(Institut Kolinska)

*

Kratkovidima je sve na dohvatz ruke.

(Živojin Denčić)

*

Generali ratuju da bi posle bitke bili pametniji.

(Mitar Đerić Laki)

*

Unutrašnja strana butina na liniji gaćica često je tamnije boje, zbog čega su mnoge žene nezadovoljne. Kozmetički „tretmani za izbjeljivanje“ su skupi i dugotrajni, dok tretman „iz kućne radinosti“ je jeftin i svima dostupan. Naime, potrebno je samo sok limuna izmiješati sa jednom kašičicom (kk) arganovog ulja i smjesu sunđerom nanijeti na „kritična mjesta“, ostaviti da djeluje 15 - 20 minuta, a potom isprati. Postupak ponavljati svaki drugi dan tokom 2 - 3 nedjelje.

(www.krstarica.com)

*

Naziv za marmeladu potiče od portugalske riječi za dunju **marmeiro**, jer se u početku marmelada pravila samo od dunja.

*

Ljubavne izjave, osjećaj podrške i prihvatanja podstiču određenu aktivnost u mozgu, zbog čega nam postaje toplice. Isti efekat izazivaju i romantična, prijateljska i porodična ljubav. Dokazano je da se usamljeni ljudi često žale na hladnoću.

(Univerzitet Kalifornija)

*

- Recept za uspješan brak je savladavanje razlika kroz komunikaciju i toleranciju.
- Ne postoji savršena već samo uspješna emotivna veza.
- Budite zadovoljni onim što imate, a ne nezadovoljni zbog nečeg što nemate ili nikad nećete ni imati.

(Vesna Bantić)

*

BRAČNE PREVARE i nacije :

- Englez ima ženu i ljubavnicu – voli ženu.
- Francuz ima ženu i ljubavnicu – voli ljubavnicu.
- Rus ima ženu i ljubavnicu – voli votku.
- Crnogorac ima ženu i ljubavnicu – voli majku.
- Srbin ima ženu i ljubavnicu – voli da ima.

*

Savršen brak bi podrazumijevao slijepu ženu i gluvog muškarca.

(Mišel de Montana)

*

Moj muž i ja nikada nismo razmišljali o razvodu.
O ubistvu, da, povremeno.
O razvodu, nikada.

(Džojs Broders)

*

- Skupe **POKLONE** kupuju osobe koje imaju visoko mišljenje o sebi, pokazuju moć i traže divljenje, a u suštini su vrlo nesigurne.
- Klasične poklone kupuju površne osobe, jer se „poklonu ne gleda u zube“.
- Egoisti kupuju poklon kao za sebe i ne brinu o ukusima drugih.
- Dobar izbor poklona prave sigurne, pozitivne i energične osobe.
- Stidljive osobe kupuju praktične poklone i dugo se premišljaju pri izboru.
- Buntovnici vole da iznenade originalnim poklonom, a koji nije u vezi sa značajnim datumom.
- Romantičari dobro procjenjuju šta kome treba pokloniti, uživaju u blagovremenoj kupovini i u tome kako poklon upakovati.

*

Moja žena čini sve za stabilnost našeg braka.
Pronašla je strateškog partnera !

(Dušan Puača)

*

Alternativni tretmani za :

Osteoporozu :

6 supenih kašika hajdučke trave sasuti u 1,5 l hladne vode, skuvati i čim voda provri skloniti sa ringle, procijediti i ostaviti da stoji preko noći
Tokom narednog dana piti kao nezaslađen čaj.

Bolne sinuse :

- Na nosne strane staviti po jednu kesicu zagrijane soli.
- Ušmrkavati mlaku slanu vodu ili blag čaj od kamilice ili bokvice.
- Piti čaj od lipe, maline ili ribizle.
- Inhalirati se nad vodom u kojoj je kuvan krompir sa ljuskom.

*

Nije nama loše koliko mislimo.
Koliko mislimo, nama je dobro.

(Vladimir Dramičanin)

*

Neprestano se odvija proces u kojem se sve što je srpsko
vremenom pretvara u srbijansko, s ciljem da ono što nije srbijansko
vremenom prestane da se poima kao srpsko.

(Prof.Dr Milo Lompar)

*

„Domaći lijek“ za bradavice :

Za vrijeme mladog Mjeseca bradavice treba pokvasiti vodom i nekoliko minuta izložiti mjesecu svjetlosti. Kvašenje vodom ponoviti 2-3 puta i pričekati da se voda osuši.

To je sve. Nećete ni primjetiti kada su bradavice nestale, a neće biti ni ožiljaka.

(Treće oko)

*

BIBLIOTERAPIJA je jedna od metoda koja se koristi u liječenju bolesti zavisnosti, fobija, depresije, disleksije, seksualnih poremećaja, anksioznosti, posetraumatskog stresnog poremećaja, nedostatka samopouzdanja, trauma nakon smrtnih gubitaka, razvoda ili odvajanja od bliskih prijatelja.

Najbolji žanrovi za biblioterapiju su fantastika, drama, poezija i biografije.

(Ana Borković, psiholog)

*

Zdravo tkivo dojke je 2 – 3 godine starije od ostatka ženskog tijela.
Međutim, ukoliko žena ima rak dojke, zdravo tkivo pored tumora u prosjeku je čak 12 godina starije od ostatka tijela !

(Prof.Dr Stiv Horvat, Univ.Kalifornija)

*

14-godišnja studija na 66.000 ispitanika u Francuskoj pokazala je da ljubitelji mesa, sireva, hljeba i gaziranih pića imaju za 56% veće šanse da oboli od dijabetesa tipa 2, nego oni koji nabrojane (kisele !) namirnice izbjegavaju.
Kafa, voće i povrće najmanje izazivaju povećanje kiselosti organizma, a citrusno voće nakon varenja, čak je i smanjuje.

*

Što je brak duži, rečenice su kraće.

(Dušan Radović)

*

Oblik USTA i KARAKTER :

- **Mala usta** imaju velikodušne i dobroćudne osobe.
- **Velika usta** karakterišu ambiciozne osobe koje vole da zapovijedaju.
- **Pune usne** su kod senzibilnih i emotivno nezrelih ljudi.
- **Tanke usne** ukazuju na praktičnu osobu, ali nesigurnu i iskompleksiranu.
- **Izražena gornja usna** se sreće kod impulsivnih osoba.
- **Izražena donja usna** je osobina zavodnika i/ili zaljubljivih osoba.

*

Fizički i mentalni **bolovi** su povezani i obrađuju ih isti dijelovi mozga.

Ako se neko osjeća srećnim, manje će osjećati fizičke bolove i obratno.

Prag za bol kod očajnika je mnogo niži.

*

Sve što pijemo HLADNO treba da pijemo iz čaša hladne boje (PLAVE) pa će nam i piće izgledati još hladnije !

KISELA pića treba piti iz ŽUTIH (kao limun) čaša.

Raznobojne salate su ukusnije ako se serviraju u BIJELIM činijama, a sutlijas u CRVENIM.

POMORANDŽE je ljepše služiti na PLAVOJ tacni, a maline i jagode u ZELENIM činijama.

Ako želite da smršate jedite iz PLAVOG tanjira, a ako hoćete da se ugojite onda iz – NARANDŽASTOG (pojačava apetit).

Za bolju apsorpciju hranjivih sastojaka iz hrane u trpezariji obezbijedite dovoljno prirodnog ili vještačkog svjetla, a za bolje varenje hrane stavite na sto vazu sa svježim cvijećem !

*

Ako patite od hronične **upale sinusa** iz ishrane izbacite mlijeko i mliječne proizvode ! Mlijeko zgušnjava sluz čiji je zadatak da ispira mrtve ćelije odbrambenog sistema, virusu i bakterije. Gusta sluz stvara pritisak u sinusima i izaziva bolove u predijelu sinusa.

*

U ljubavi prema bližnjem naučih da cenim rastojanje.

(Miljenko Žuborski)

*

Kad neko o nekom području mnogo zna, on stvara iskreno uvjerenje u to što zna, i tada ostavlja vrlo malo prostora za alternativni pristup koji bi mogao direktno uzdrmati sav njegov dosadašnji životni rad.

*

Kako se „smak svijeta“ nije dogodio 21.12.2012.god. novi termini za to su :

- Džin Dikson, astrolog iz SAD „novi smak svijeta“ najavljuje za 2020.godinu, iako je već jednom omanula (1962.g.)
- Prema TALMUDU Mesija dolazi 2240. godine.
- Rašad Kalif se „nada“ da će to biti 2280.godine.
- Sv.Malahija, reformator irske crkve u XII.vijeku je rekao da će Rim imati 112 papa, a papa Benedikt XVI. je 111. po redu. Sljedeći papa će biti Petar (?), a „smak svijeta“ između 2018. i 2028.godine.

*

**Zablude su dobre i korisne.
Bez zabluda živeli bismo u realnosti, a to bi bilo nepodnošljivo.**

(Ranko Guzina)

*

Najgore navike poslije jela :

- PUŠENJE poslije jela, jer tada jedna popušena cigareta ima dejstvo kao deset popušenih cigareta između obroka !
- VOĆE poslije jela se dugo zadržava i truli izazivajući nadimanje. Voće se jede na prazan želudac.
- ČAJ poslije jela vezuje željezo iz hrane i sprečava njegovu apsorpciju.
- PLIVANJE i TUŠIRANJE poslije jela remete varenje jer dovode do preraspodjele krvi u ekstremitete.
- OPUŠTANJE KAIŠA poslije jela može dovesti do zaplitanja crijeva !
- FIZIČKA AKTIVNOST poslije jela ometa varenje.
- SPAVANJE poslije jela otežava varenje i pojačava gastrične tegobe.

*

Kratkovidne smo poslali u prve borbene redove da ne naprežu oči.

(Đorđe Otašević)

*

Plazma TV ili LCD ?

- Plazma rezolucija je superiornija.
- Slika je tamnija, a brzi pokreti jasniji.
- Statična slika podrhtava.
- Veća potrošnja elektične energije.
- Cijena plazma TV je manja u odnosu na LCD.

LCD TV ima izraženije boje, ugodnije statične slike i manju potrošnju električne energije.

Idealna udaljenost od ekrana LCD TV od 32" (81 cm) = 1,3 – 3,7 m.

42" (107 cm) = 1,7 – 4,8 m.

52" = 1,8 – 5,2 m.

Što je televizor kvalitetniji ima više audio-video ulaza, ali i veću cijenu.

*

Najpoželjnija i najpouzdanija **muzika dok vozite automobil** je ona čiji je tempo približan ritmu rada srca (60-80 udara u minuti), bez obzira da li nam se sviđa ili ne, jer smo uglavnom fokusirani na vožnju.

Bučna muzika sa naglašenim ritmom i basovima podiže broj otkucanja srca, povećava uzbudjenje i „tjera“ vozača da brzinom „sustigne“ ritam muzike.

Za žene je posebno opasna hip-hop muzika jer ih podstiče na agresivniju vožnju, dok je za muškarce to hevi-metal.

Vozačima najmanje prija klasična muzika, jer im odvlači pažnju i podstiče na greške !

(Život plus)

*

Postoji jedno **sveto pravilo** za one koji se bave obezbjeđenjem diskoteka (redari, „izbacivači“): **Nemoj nikada da zaplivaš u kriminal.**

Za redara je potreban zdrav razum i pošten odnos prema ljudima.

Ovim poslom ne mogu da se bave idioti i kriminalci.

(Miloš Moravac, redar, Banjaluka)

*

Beskičmanjak uvek ima ispravan stav !

(Zoran T.Popović)

*

- Tata, šta je to Dan žena ?
- To ti je, sine, isto što i Noć vještica, samo po danu.

*

**Ljuti obroci pred spavanje razlog su za
košmarne snove, negativne emocije i uznemirenost.**

(Dr Čarls Bai, Klivlend)

*

VRSTE SEKSA koje bi trebalo žene DA IZBJEGAVAJU :

- seks na koji pristaju da ne bi iznervirale partnera
- seks koji rezultira povredama
- seks kada se osjećaju tužno jer se tako raspoloženje neće popraviti
- seks iz zabave, ako nije sa njenim dragim
- seks pod alkoholom, kada nikog ne mogu da odbiju
- seks „sado-mazo“ je fetiš a ne uživanje

*

AKO ŽELIŠ DA UPOZNAŠ ŽENU U PRAVOM SVETLU, UGASI GA !

(Slobodan Simić)

*

Naš mozak programiran je tako da kad poželi neku stvar ili nedostupnu osobu na to reaguje stavom „moram to imati“.

Oženjen ili „zauzet“ muškarac kao magnet privlači žene !

U određenim situacijama kod žene se javlja želja za „zabranjenim voćem“, povećava se nivo dopamina i **ona odlučuje** da postigne svoj cilj !

(Tomas Luks „Opšta teorija ljubavi“)

*

Muškarac se plaši odbijanja.

Ako ga žena gleda namrgođeno i arognatno, on se neće ni potruditi da joj priđe, bez obzira na njenu odjevnu kombinaciju, sređenu frizuru, pa čak i ljepotu.

Njeno lice je ono što mu daje signale, i pozitivne i negativne.

(Marni Kinris)

*

Izvrćemo činjenice, zamenujemo teze, izvlačimo reči iz konteksta,
relativizujemo pojmove i pružamo druge intelektualne usluge.

Agencija GAF
(Ranko Guzina)

*

Pčela zamahne krilima 11.500 puta u minutu.

*

Šećer kristal posut direktno na rane, čireve, erodirane ožiljke nakon amputacije,
ubrzava zarastanje, čak i kada antibiotici otkažu.

Šećer izglađnjuje i isušuje mikrobe, a
povlačenjem vlažnosti iz rane ubrzava i njeno zarastanje !
Šećer koji se primjenjuje u liječenju rana mora prethodno proći dezinfekciju !

(Prof.Dr Mozes Murandu, Univ.Volverhempton)

*

Ljubav na prvi pogled ostvaruju muškarci,
dok se to ženama dešava tek na šesti pogled u ukupnom trajanju od 45 sekundi:

- prvi pogled traje 5 sekundi i tada žene registriraju boju očiju i izraz lica muškarca
- drugi pogled traje 10 sekundi radi uočavanja stila, garderobe i urednosti
- treći pogled traje 5 sekundi i fokusiran je na muškarčevu kosu
- četvrti je usmjeren na ruke
- peti ide na cipele
- šesti traje 15 sekundi i za ženu je to „završni skener“ potencijalnog partnera, a odnosi se na registraciju ponašanja, hoda, gestove i neverbalnu komunikaciju.

(Britansko istraživanje)

*

Muškarce koje je odgajao **brižan otac** emocionalno su stabilniji i lakše se nose sa svakodnevnim stresom, nego oni koji su imali neodgovornog i nezainteresovanog oca.

(Univerzitet Kalifornija)

*

Bosna i Hercegovina ne može da bude država jer nema jednu dušu.

(Grof Andraš)

*

Najviše smrđi kod onih koji ni luk jedu, ni luk mirišu.

(Ivko Mihajlović)

*

- Čovjek prosječnog životnog vijeka provede više od 20 godina u snu, štuca više od 1000 puta i plače više od 400 sati.
- San je neophodan zbog odmora, održavanja tijela i samorgranicije neurona i boljeg pamćenja.
- Ljudi plaću iz emocionalnih razloga i radi izbacivanja određenih hormona i proteina, koji se u tijelu proizvode tokom stresa u lošim životnim periodima.

*

Od čega sit od toga i debeo.

Ljudi sa blago povećanim BMI (debeljuškasti) žive duže i imaju za 5% manji rizik od prerane smrti. Kod pretjerano gojaznih taj rizik je 29%.

Gojazna djeca imaju veću vjerovatnoću za gojaznost i u odrasлом dobu i manje izgleda da će doživjeti duboku starost.

**Nikada ne bih savjetovao 70-godišnjaku da smrša,
osim ako je baš pretjerano gojazan.**

*

Nije mudar onaj koji mnogo zna, već onaj čija su znanja korisna.

(Eshil)

*

TRUDNICE bi trebalo da izbjegavaju alkoholna pića, iako medicinski stručnjaci kažu da su jedna čaša vina ili piva nedjeljno dozvoljene.

Imajte u vidu da alkohol prolazi kroz placentu, što znači da i beba „pije“ što i trudnica !

*

PROVINCIJALAC nije neko ko živi u provinciji – po meni, to je čovek nezasite radoznalosti, neke divne gladi koja ga goni da osvaja prostor, istražuje nepoznate predele, kuša retka pića, traga za ličnostima koje su uzbudivale njegovo detinjstvo.

Provincijalci žive u Njujorku, isto tako kao i u Prćilovcima.

(Momo Kapor)

*

Nije meni do titula i počasti – reče slavni pisac, klasik, akademik,
živa legenda, bard, dojen i spomenik koji hoda.

(Ranko Guzina)

*

Visok nivo grelina, hormona gladi koga oslobađa prazan želudac i koji
u mozgu podstiče osjećaj gladi, ima antidepresivni efekat.

(Dr Džefri Zigman)

*

Pretjeran rad na radnom mjestu nije štetan samo po zdravlje, već i za uspjeh
na poslu. Dakle, iako radoholičari rade napornije i više, učinak im je manji
nego kod radnika koji opuštenije i bez velikog napora obavljaju svoj posao.

(Univerzitet Padova)

*

Ko se znoji dok jede supu – zdrav je.
Ko se znoji dok piće lijekove – bolestan je.
Ko se znoji dok radi – lud je.

*

TELOMERE su strukture DNK smještene na krajevima hromozoma i njihovo
skraćivanje je povezano sa rizikom od bolesti koje su karakteristične za starost.

Kod stresa uslijed radnog preopterećenja ovo skraćivanje je više izraženo, a
kod nezaposlenih osoba čak je i izraženije !

(Imperijal koledž London)

*

Brak je veza dvoje sa Bogom.
Onog trenutka kada iz tog trougla izostavimo Boga,
ljudi postaju suviše jadni, bedni, tašti, mizerni,
podložni prevarama Lukavog i njegovih zastupnika.

(Isidora Bjelica)

*

Svaka četvrta žena radije provodi svoje slobodno vrijeme u šopingu, salonima ljepote ili
na kafici sa prijateljicama nego sa suprugom. Za većinu njih muž je faktor koji ih
ograničava u ponašanju i one taj problem u ženskom društvu jednostavno nemaju.
U teškim životnim situacijama od žena dobivaju najveću podršku pa čak 90% njih tvrdi
da su prijateljice više zainteresovane za kvalitet njihovog života nego njihovi bračni
partneri !

(Dr Džon Foster, psiholog, London)

*

Supruga mi je tako vatrena da joj i ručak zagori !

(Milen Milivojević)

*

Djeca koja su već u V. razredu osnovne škole probala alkohol kod kuće, vjerovatno će i nastaviti da samostalno konzumiraju alkoholna pića, za razliku od djece kojoj to roditelji nisu dozvoljavali.

*

SUVE šljive najbolje upijaju i najopasnije slobodne radikale i zato su **vrlo korisne u prevenciji kardiovakularnih oboljenja i raka !**

*

Osnovni uzrok raka je nesreća, ali nesreća koju sami sebi produkujemo, jer od drugih očekujemo savršenstvo, a koje ni sami ne posedujemo.

To je sva filozofija sreće, ljubavi, izdaje, nesavršenstva...

(Isidora Bjelica)

*

Ljudi koji često kucaju na tastaturi postanu tako zaokupljeni riječima da **prestanu da dišu**, zjenice im se šire, noge postaju nemirne, znoje se, imaju tahikardiju i vrtoglavicu. Sve to vremenom stvara hronični zamor, suvo grlo, slabije pamćenje, pad koncentracije, glavobolju, razdražljivost, depresiju, anksioznost, nizak libido i impotenciju. Uz to, takvi ljudi postaju gojazniji, skloni dijabetesu i fizičkoj neaktivnosti. Ova stanja su uočena kod **80% (pre)aktivnih „kompjuteraša“**.

Rješenje je PRAVILNO DISANJE prilikom kuc(k)anja na tastaturi !

(Dejli mejl)

*

Kada je trebalo da kažem završnu reč, zaglavio mi se metak u cevi.

(Ekrem Macić)

*

STRADAO JE OD ZALUTALOG METKA, PA MU SE NI GROB NE ZNA.

(Ranko Guzina)

*

Muškarce žene zbujuju, a žene muškarce ne razumiju.

Tako je bilo, tako će i ostati.

Iz tog razloga su KOMUNIKACIJA i KOMPROMIS jako bitni u muško-ženskim odnosima.

*

Najnovija dijeta : za 2 sedmice izgubiš 14 dana !

*

Kada se dvoje ljudi upozna i uđe u ljubavnu vezu, nivo estrogena i testosterona, dopamina i oksitocina naglo se poveća što je glavni razlog nastanka „leptirića u stomaku“, neobuzdane seksualne želje, strasti i „ružičastih naočara“ kojim se posmatraju partneri.
Ali poslije dvije godine hormoni se vraćaju u normalu i tada počinju prvi problemi u seksu.

Naime, mi smo „programirani“ da sa suprotnim polom ostvarimo bar dvogodišnju vezu, jer je to na neki način garancija da nijedan roditelj neće napustiti vezu dok je dobijeno dijete u ranoj fazi razvoja i još nije samostalno.

*

Čuvajte se seks bombi. Mogu sve da vam raznesu.

(Zoran T.Popović)

*

Sve nacije na Zemlji u ustima „gaje“ ukupno oko 400 vrsta bakterija, a samo 2% njih su zajedničke svim ljudima - ostatak je kombinacija bakterija koje određuju nacionalnost ! To je posljedica metabolizma koji se razlikuje od nacije do nacije.

(Univerzitet Kolorado)

*

Na ženskim rukama ima mnogo više bakterija nego na muškim i gotovo 15% više nego u ustima. Pretpostavlja se da je razlog za to **kiselost kože**, koja je kod žena veća nego kod muškaraca, zbog češće upotrebe kozmetičkih preparata i deterdženata.

*

Poboljšanje PAMĆENJA može se vježbati stiskanjem šaka na 90 sekundi i to: stiskanje desne šake pomaže u formiranju memorije, a lijeve u njenom prizivanju !

(Univerzitet Monkler)

*

Ishrana u kojoj nema namirnica životinjskog porijekla i onih sa glutenom pomaže u liječenju zapaljenskog reumatizma kao i prevenciji kardio-vaskularnih bolesti.

Riblje ulje smanjuje tegobe kod bolesnika sa zapaljenskim reumatizmom i to već nakon redovnog uzimanja tokom 30 dana !

*

Mi slušamo glas demokratije, demokrate slušaju Glas Amerike.

(Dragomir Đurđević)

*

BOGORODICA je igumanija Svetе Gore, ali u njeno ime vlada vrhovno tijelo PROTAT, sastavljeno od igumana četiri svetogorska manastira, Poznato je da na Svetu Goru ne smije da kroči ženka nogu, jer je to zabranila Sveta Bogorodica, kada je 442.godine kćerki Teodosija Velikog, dok je ova bila u posjeti Vatopedu, pustila glas i naredila joj da odstupi.

Grupa poslanica Evropskog parlamenta zatražila je od Grčke da ukine propis AVATO po kojem je pripadnicama ženskog pola najstrože zabranjeno da posjećuju Svetu Goru, njenih 20 manastira i 2.500 monaha.

Ideja o otvaranju Svetе Gore za žene predstavlja dio frontalnog napada Novog svjetskog poretka na Istočno hrišćanstvo pod firmom ukidanja starovremenskih tradicionalnih zajednica, uvođenja demokratije i razvijanja turizma. To dolazi od feminističkih krugova iz Amerike, kao i LBGT zajednice pod izgovorom nekakve brige o ravnopravnosti.

Zna se za nekoliko slučajeva da su muškobanjaste ženske osobe prelazile granicu Svetе Gore, pohodile neke manastire pa i naš Hilandar. Teško je utvrditi da li su to bile provokatorke, radoznali turisti ili možda dame poremećenog uma.

(Dr Veljko Đurić Mišina, istoričar)

*

**Sveta Gora je Carstvo bez krune,
Država bez vojske,
Zemlja bez žena,
Bogatstvo bez novca,
Mudrost bez škole,
Kuhinja bez mesa,
Molitva bez prestanka,
veza sa Nebesima bez prekida,
Slavopoj Hristu bez umora,
Smrt bez žaljenja.**

(Vladika Nikolaj Velimirović)

*

Svjetlo koje čovjek upali za sebe, svijetli kasnije i drugima.

(Artur Šopenhauer, filozof)

*

Život je umjetnost da se u svemu nađe ljepota i radost.

(J.V.Gete)

*

Simboliku pozdrava sa tri prsta obnovio je 9.marta 1991.godine lider Srpskog pokreta obnove (SPO) Vuk Drašković. Za njega je pozdrav sa tri prsta bio simbol ustanka protiv komunista, borbe za demokratsku Srbiju na Zapadu i vraćanje hrišćanskim vrlinama srpskog naroda.

Pozdrav sa tri SPOJENA prsta potiče iz IV.vijeka n.e. iz vremena Sv.Meletija Antiohijskog i predstavlja trojčino jedinstvo Božje – Oca, Sina i Svetoga Duha.

Šajkača je izvorno austrijska kapa koju je srpska vojska kupila od Austrougara kao rashodovani materijal. Poslije ratova s početka XX.vijeka Srbi su nastavili da je nose kao svakodnevni tradicionalni odjevni predmet, iako je to praktično kapa naših neprijatelja.

*

Iza svake lijepo stvari stoji neka vrsta patnje.

(Bob Dilan, muzičar)

*

Gospode, stavi mi u srce želje koje ćeš mi ispuniti, a
na usne molitve koje ćeš mi uslišiti.
Opkoli me milošću Tvojom, jer u uglu usana mojih
po jedna gorka suza me uči,
kako je teško do Tvoje milosti doći.

(Milan Gutović)

*

Rak ne ubija. Strah je taj koji ubija.

(Zora Milić „GEA“)

*

Dana 11.novembra 1918.godine u željezničkom vagonu u Kompijenju,
Njemačka je kapitulirala i potpisala primirje sa silama Antante.
Od 1919.godine ovaj dan se na Zapadu obilježava kao „Dan sjećanja“, a
Srbija ga slavi kao „Dan primirja“.

Srpska zastava vraćena je u vagon među zastave pobjednika tek 2009.godine, jer države Antante nisu dozvoljavale da se istakne jugoslovenska zastava sa petokrakom.

Srbija je u Velikom ratu izgubila oko 26% stanovništva,
50% radno sposobnih muškaraca, a
od 707.000 mobilisanih vojnika kući se vratilo oko 160.000.

(Novosti)

*

Istina je kao Sunce.
Možete je zakloniti za trenutak, ali ona neće nestati.

(Elvis Prisli)

*

Dan nezavisnosti Kosova treba da slave i kosovski Srbi.
To je i njihova nezavisnost.

(Atifete Jahjaga, predsjednica Kosova)

*

- Prijatne melodije u radnjama čine da se tu potrošači duže zadržavaju i više kupuju. Sporja muzika u restoranima utiče da gosti više pojedu i popiju.
- Živahna muzika „skraćuje“ vrijeme, djeluje stimulativno, ubrzava čak i srčani ritam, pa se u kafićima i mjestima sa „brzom hranom“ ljudi kraće zadržavaju ustupajući tako svoja mjesta i drugima.
- Preglasna muzika stvara utisak velike gužve.

(Prof.Dr Karen Mahlajt)

*

**Pokvarena roba se baca.
Pokvaren čovjek se prodaje.**

(Stevan Naumović)

*

Loš miris tijela izazvan manjkom lične higijene kod okoline izaziva saosjećanje pa su i muškarci i žene u svakom trenutku spremni da pomognu osobi koja smrdi. Smrad ljudi povezuju sa osjećajem ranjivosti i to u njima ne izaziva osjećaj gadjenja, već saosjećanje i spremnost za saradnju i pomoć.

*

Muškarci sa nižom platom emocionalno su dostupniji, vjerniji, ljubazniji, društveniji, duhovitiji, češće se smiju i izlaze na javna mjesta. Uz to su i bolji ljubavnici, pa je njihov glavni moto: **sreća, vjernost i orgazam !**

Bogatiji muškarci su licemjerni, manje se trude oko žena i češće očekuju od partnerke da ona njima ispunjava želje. Prema drugima su najčešće neprijatni jer smatraju da svi žele samo da ih iskoriste.

(Centar „New Reserch“)

*

Genocid je pokušaj totalnog brisanja jedne nacije.
Dakle, holokaust i Ruanda jesu bili genocid. Darfur nije jasan.
U BiH nije bilo genocida, već samo etničkog čišćenja.

(Efraim Zurof, direktor Centra „Simon Vizental“)

*

Riječ **predrasuda** potiče od latinske riječi **praejudicere**, što znači suditi bez dovoljno informacija ili znanja. To su stavovi sa nedostatkom opravdanosti i logične osnove. Praćeni su intenzivnim osjećanjima i pomažu u ostvarenju nekog svog cilja ili želje, ali i da ublaže sopstvenu nesigurnost i napetost. To su negativni kulturni stavovi usmjereni protiv neke osobe ili grupe ljudi bazirani na stereotipima.

Stereotipi su tzv. „slike u našim glavama“ koje daju okvire za objašnjenje događaja o kojima smo djelimično obavješteni. U pitanju je previše pojednostavljen način razmišljanja o određenim pojavama ili grupama ljudi (zanimanje, klasa, rasa, vjera, nacionalnost). Predubjeđenje je odraz nesigurnosti i nezadovoljstva sobom.

(Mirjana Vuksanović, psiholog)

*

Živimo u svijetu u kome je lakše razbiti atome nego predrasude.
(Albert Ajnštajn)

*

Novobeogradski penzioneri opet će za Novu godinu iz pištolja pucati u vazduh.
To im je još jedna šansa da u ruku uzmu nešto čvrsto i opale metak.

(Bojan Ljubenović)

*

Gojazne osobe „otpornije“ su na tegobe kod hroničnih bolesti (srca, bubrega, nervnog sistema, diabetesa), duže žive i bolje se osjećaju u odnosu na bolesnike normalne težine koji imaju iste dijagnoze. Razlog za to je jedan gen otkriven kod mršavih ljudi, a koji ih čini osjetljivijim na tegobe od pomenutih bolesti.

(Dr Karl Lavi, Institut za KVB, Nju Orleans)

*

Temeljnim ispiranjem mozga dobija se čista glupost.
(Vesna Denčić)

*

O tome kako sam se lečio od logoreje mogu da vam pričam do ujutru.

(Bojan Rajević)

*

Ne pretjerujte sa šećerom, štetan je koliko i alkohol jer izaziva zavisnost.

Tačno je da šećer „podiže“ energiju, ali ubrzo izaziva pospanost i zamor, povećava krvni pritisak i rizik od srčanog i/ili moždanog udara.

Izaziva upalu sluznice usta, gljivične infekcije, krčanje crijeva i nadimanje.

Ljubiteljima šećera mozak brže stari i završava demencijom.

(Dr Majk Vanderpump)

*

Sukob mišljenja je naša vrlina, inačenje zanimanje, a duhovnost suština.

(Akademik Petar Omčikus, slikar)

*

Kada se upoređujemo sa drugima, čije mišljenje poštujemo, mi se zapravo suočavamo sa „najboljom verzijom“ te osobe i „najgorom verzijom“ sebe.

To pokreće negativna osjećanja, ljubomoru i zavist i ako to predugo traje može dovesti do depresije i anksioznosti. Navika da se upoređujemo sa drugima iz svog okruženja ili javnog života potiče iz djetinjstva i procesa odrastanja.

Odupiranje ovoj navici je moguće jedino tako da nas tuđi uspjeh motiviše da razvijamo i unapređujemo svoje vještine i znanja, te da i sami postanemo bolji ljudi.

*

Pomozi onome koji nosi teret, a ne onome koji se žali na teret koji je spustio.

(Seneka)

*

ŽENE i muškarac PSIHOPATA :

- Poslije upoznavanja psihopata ženi mnogo i dugo laska o njenoj ljepoti, pameti, duhovitosti, bez obzira na njene stvarne nedostatke.
- Ubjeđuje je da je ona njegova „srodna duša“ i postaje joj „njen odraz u ogledalu“, jer on i nema sopstveni identitet.
- Patetičan je, a sve što priča o svojim bivšima ljubavima, pričaće i o njoj.
- Psihopata voli da ga drugi sažaljevaju (pobjedio tešku bolest, boji se da se bolest ne povrati i sl.) i u tome pretjeruje, a u stvari, samo na sebe skreće i iznuđuje tuđu pažnju.
- Psihopata u seksu daje sve od sebe, da bi ga žrtva poslije molila za seks, koji on odjednom više ne želi.
- Povremeno je sklon da izlane neko priznanje, a poslije ga stalno poriče.

- Kada ženu dovede u stanje zavisnosti, psihopata počinje da je omalovažava, ignoriše i uništava joj samopouzdanje.
- Psihopata će ženi predstavljati druge ljude iz svog života koji ga vole (prijatelji, bivše djevojke, javne ličnosti) i prisiliti je da bude tolerantna i da se lijepo ponaša, da ne bi bila zbog njih ostavljena.
- Odbacivanje žene za psihopatu je finalna faza u kojoj nema ni trunke osjećanja niti načina da se on zadrži, jer se već upustio u paralelnu vezu.
- I kada je već raskinuta veza sa psihopatom, on ne dozvoljava da žena nastavi život dalje - preklinjući je uz milion obećanja.
- Jedini način da se žena riješi psihopate je da uopšte ne kontaktira s njim i više ne pristaje na njegove igre, jer - taj nema ni trunke emocija.

*

Bog nema ženu. Zato je Bog !

(Aleksandar Čotrić)

*

Tvorac čuvene „Pavlovićeve masti“ za njegu i liječenje dječije kože je Dr Živorad Žika Pavlović (1905-1978), pedijatar, porijeklom iz Ljiga.

„**Pavlovićeva mast**“ je u ljekarskoj praksi naširoko propisivana i svima je pomogla i nikome nije naškodila.

*

Po definiciji DISLEKSIJA je poremećaj sposobnosti čitanja ili razumijevanja pročitanog, uz očuvanu senzornu i opštu sposobnost. To je poremećaj vještine čitanja i pisanja, često sa izokretanjem i preskakanjem slova ili riječi.

Disleksijski nisu mentalni poremećaj u prepoznavanju riječi, već greška u povezivanju 13 zona u mozgu, zaduženih za prepoznavanje zvukova i jezika. Od disleksijskih pati 10% populacije.

Disleksijsku su imali i neke od poznatih ličnosti: Leonardo da Vinči, Albert Ajnštajn, Isak Njutn, Vinston Čerčil, Volt Dizni, Džon Lennon, Ernest Hemingvej, Mark Tven, Agata Kristi...

(„Metronjuz“)

*

Nikada ne možemo da budemo sigurni šta prebiva u kome.

*

Lekari imaju svoje nadrilekare, advokati drvene advokate,
pisci piskarala, muzičari muzikante i političari politikante.
Nema nikog ko je sasvim svoj.

(Ranko Guzina)

*

DOSADA na radnom mjestu izaziva gubitak koncentracije, ubija efikasnost rada, dovodi do frustracija i depresije, i nije ništa manje opasna od fenomena PREOPTEREĆENOSTI.
Oko 15% zaposlenih pati od dosade na radnom mjestu.

(Peter Verder „Oni su zaista učmali“)

*

Problem bivših pušača je i nesanica, ali ne u vezi sa nikotinom već sa kafom. Naime, većina bivših pušača nastavlja da pije kafu, zaboravljajući da nikotin ubrzava rad jetre i razgradnju kofeina, tako da je pušačima potrebno i do četiri puta više kafe za isti efekat nego nepušačima.

Zaključak: Ako ste prestali da pušite, a pijete iste količine kafe kao i ranije, bićete vjerovatno razdražljivi i nervozni, što vas prije ili kasnije može vratiti cigaretama !

*

Trudnice i žene koje uzimaju kontraceptivne pilule zadržavaju kofein duže u tijelu nego ostale.

*

Učenici koji se bave sportom i svakodnevno su fizički aktivni najmanje 60 minuta, imaju bolje ocjene u školi i uspješniji su u rješavanju testova iz matematike, fizike, hemije i jezika.

(Britansko istraživanje)

*

Kad započinjemo vezu tri glavne stvari za „pojavu leptirića“ su novitet, misterija i uzbuđenje. Kako se odnos razvija, tako se ljubav povećava a strast smanjuje. Vrijeme koje provedete odvojeno od svog partnera u drugom gradu i sa nekim drugim ljudima, ponovo oživljava strast, pozitivno se odražava na vezu i jača međusobno povjerenje. Dakle, za vezu je važno da par nije konstantno zajedno, jer to ugrožava ljubavni, a posebno seksualni život.

(Dr Teri Orbuč)

*

U razgovorima budale i pametnjakovića sa zadovoljstvom je konstatovano da razlika u mišljenjima nema, ili su zanemarljive.

(Ranko Guzina)

*

Na nivou komunikacije postoje 4 osnovna tipa ljudi:

AUDITIVNI TIP uči slušajući, a najbrže pamti ono što čuje ili sam izgovori. Radije telefonira nego što piše mejlove. Obožava rasprave i često koristi riječi: „slušaj“, „pričaj“, „na vrh mi je jezika“.

VIZUELNI TIP je vrlo maštovit i u svojoj glavi odmah stvara predstavu o onome što im pričate. To su odlični organizatori, puno čitaju i pišu, a bolje pamte zapisano i šematizovano. Često izgovaraju: „izgleda ovako“, „fokus“, „vidim u čemu je problem“, „pokaži mi“. Skloni su da barataju slikama, metaforama i simbolima da bi dočarali ono što žele da saopštite.

TAKTILNI TIP sve dodiruje i pomjera, gestikulira i uvijek nešto drži u rukama. Ljudi ovog tipa imaju razvijen osjećaj da činjenice pamte po emocijama koje nastaju u njima. Često koriste riječi: „senzualnost“, „toplo“, „hladno“, „privlačno“, „odbojno“, „dirnut sam“, „sav sam se naježio“...

KINESTETSKI TIP najbolje uči kroz pokret, ples, dramatizaciju, sport. Tijelo mu je uvijek u pokretu, spretan je u rukovanju predmetima, izvanredno osjeća prostor i vrijeme. Ovaj tip ljudi najviše se opredjeljuje za sport, ples, glumu, vajarstvo, hirurgiju, dizajn...

*

Pravilo da se suprotnosti privlače ne važi u dugim vezama, jer se ličnosti koje su drugačije na kraju i – sudare !

*

Poslije seksa muškarci imaju isti problem kao posle ubistva.
Šta uraditi sa telom koje leži pored njih !

(Milan R.Simić)

*

Prekrstite se gledajući u ogledalo.
Krstićete se i levom i desnom.

(Goran Radosavljević)

*

Kad sam se izlečio od televizora, razboleo sam se od kompjutera.

(Ranko Guzina)

*

Jedini efekat dugog niza pogrešno odabranih dijeta jeste **jo-jo efekat**.

„Sindrom neprekidnog držanja dijete“ je kada je ljudski organizam na duži period izložen naizmjeničnim promjenama tjelesne težine pa metabolizam više nije u stanju da se na efikasan način bori protiv viška kilograma. Zbog lišavanja određenih određenih hranjivih materija organizam će se braniti smanjivanjem potrošnje energije i još više žuditi baš za tom zabranjenom hranom.

Zato **zaboravite riječi „zabranjeno je“** i ne držite dijete koje zabranjuju neke namirnice. Primijenite uravnoteženu dijetu sa raznovrsnim namirnicama, uključujući i proteine.

Ako vam se jednog dana omakne da pojedete nešto malo obilnije, sljedećeg dana neka obroci budu laganiji i propraćeni pojačanom fizičkom aktivnošću.

Izbjegavajte hranu na čijoj etiketi je više od pet sastojaka.

Koristite hladno cijeđena ulja, jedite iz manjih tanjira i pijte iz manjih čaša.

Imajte na umu činjenicu da se velike promjene ostvaruju malim koracima.

(Dr Fabricio Malipjero, dijetolog)

*

Kao što neke žene vole „loše momke“ tako i pojedini muškrci „padaju“ na problematične djevojke, obično zgodne, seksepilne, ekstrovertne, samosvjesne, sebične i lažljive ženske osobe koje kontrolišu i manipulišu partnerima. Ponekad su i djetinjaste, vrlo šarmantne i u potpunom haosu, jer često i ne žele ozbiljnu vezu.

Muškarci ih žele i „trpe“ iz nekog od ovih razloga:

- da ih odvedu u krevet
- da im pomažu u rješavanju mnogobrojnih problema osjećajući se pri tome moćno i poput viteza
- zbog njenog pokazivanja bijesa, a oni sami nisu u stanju da ga izraze
- plaše se da će, ako budu iskreni - ona pobjeći

*

Novi „Sudnji dan“ po Vikinzima je 24.2.2014.godine. (Opet čorak !)

*

Bolje je čutati i pustiti druge da vas smatraju budalom nego progovoriti i odagnati sve sumnje.

(Mark Tven)

*

„OPASNE VRSTE“

1. PRINCEZA je njegovana, uvijek dotjerana, dobija sve što poželi, a muškarac dobije samo dramu od života ili robovanje svojoj izabranici. I na kraju, obično je – ostavi.
2. Žena koja SA PRIJATELJICAMA DIJELI SVE, pa i intimne trenutke sa svojim dragim.
3. ŽENA TROFEJ koja to i naplaćuje, rječju sponzoruša.
4. DJEVICA je pretjerano emotivna i stalno ZAHTIJEVA DOKAZE velike ljubavi putem SMS, mejla ili telefona.
5. Žena koja pretjerano razmišlja o svemu i TRAŽI TUMAČENJE svake riječi koju izrekne njen dragi.
6. Žena koja MRZI DRUGARE i prijatelje svoga muškarca jer ga „vuku“ na pivo ili utakmice.
7. Žena koje MRZI SVE MUŠKARCE, jer joj je jednom jedan „slomio srce“.

*

Za razvoj ljudske kreativnosti potrebne su tri stvari : **VIZIJA, AKCIJA i STRAST.**

- Ako imate viziju i znate šta treba da radite a nemate strasti, bićete prosečni.
- Ako imate strast i akciju a nemate viziju, lako ćete skrenuti u nešto nevažno ili besmisleno.
- Ako imate samo viziju i strast, onda ćete ostati zarobljeni u svom sanjarenju i nemoći da bilo šta ostvarite.

(Prof.Dr Maja Volk, dramaturg)

*

Sirotinja stalno gunda, dok bogati čute i trpe.

(Veselin Mišnić Lari)

*

**DEMOKRATIJA vam je danas kao kad dva vuka i jagnje razgovaraju
šta će sutra za doručak.**

(Prof.Dr Miodrag Zec)

*

**Ne bacajmo se ni na koga kamenom, jer
možemo zaista i nesmotreno pogoditi samog Hrista.**

(Prof. Dr Dragomir Sando, Bogoslovski fakultet u Beogradu)

*

DIJAGNOZA je fundamentalan dio alopatskog svijeta i dragocjeno sredstvo kad se koristi na primjeren način. Ali je i dalje nagađanje, doduše osnovano nagađanje. Dr Redžinald Gold je jednom prilikom objasnio da čovjek, ako hoće istinski da razumije značenje riječi dijagnoza, može da je razloži na riječi koje čine njen korijen: DI, na latinskom „dva“; i AGNOS (kao i agnostik), što na grčkom znači „ne znam“. Tako dobijate dvije osobe koje ne znaju – vi i vaš ljekar.

(Dr Erik Perl, rekonektivni iscijeljitelj)

*

**Trebalo bi da se trudimo da nam Bog bude na prvom mestu i
onda će i sve ostalo biti na svom mestu.**

(Patrijarh Pavle)

*

Kada vam je emotivna **veza u krizi** osnažićete je izuzetno jednostavno:
zagrljajem u trajanju od 20 sekundi, dva puta dnevno !

Naime, zagrljaj kod muškarca izaziva porast oksitocina, hormona maženja, povjerenja i vjernosti. Taj efekat traje još dugo nakon zagrljaja.

Dakle, zagrljaj ujutru prije polaska na posao i zagrljaj po povratku kući, osnažava vezu i daje joj potpuno novu dimenziju.

*

BIROKRATA JE INVALID RADA !

(Slobodan Simić)

*

Nije srpski čutati. Ali, mora se !

(Milan R.Simić)

*

Dok čovjek traži mudrost, zaslužuje naziv mudraca;
čim uobrazi da je posrkao svu mudrost, odmah postaje budala.
(Volter)

*

Nepismeni su prvi izjednačili latinicu i cirilicu.
(Ninus Nestorović)

*

Muškarci sa širim licem obično su agresivniji, kompetitivniji, imaju više predrasuda i skloniji su varanju, naročito ako se radi o novcu. Krivac za sve to je višak testosterona.

(Univerzitet Brok)

*

Naša omladina je kao Sunce.
Rađa se na istoku, odlazi na zapad.
(Vasil Tolevski)

*

**Mlade smo ispratili iz zemlje.
Zbogom pameti !**

(Milorad Rankov)

*

Izdaja je nekad bila usamljena pojava, a danas je to građanska obaveza
svakog kultivisanog, svesnog i lepo vaspitanog čoveka...
A pogotovo uspešnog, koji drži do sebe i ne misli samo na sebe,
nego i na budućnost svoje dece !

(Akademik Matija Bećković)

*

Normalno je da, kada ste dobra devojka, uvek bude dugačak red.

(Zorana Mihajlović)

*

Dobro je uvijek jače, zlo je samo bučnije.
(Doris Dragović, pjevačica)

*

Ljudi se poštaju rečima, a vole čutanjem.

(Miroslav Antić, pesnik)

*

Rodoljubivi pesnik među mondijalistima i globalistima je nepoželjan uljez.

(Milovan Danojlić, književnik)

*

Mlađi ljudi nemaju bolje pamćenje od starijih, već samo informacije u memoriji bolje reprodukuju.

(Univerzitet Vanderbilt)

*

**Glava mi kaže mlad si, ali čekaj, to moraju i doktori da potvrde.
Neka izgube iluzije svi oni koji vjeruju da je Ćiro star.
Cijeli dan sam izgubio na pregledima.**

(Miroslav Ćiro Blažević, 79 g., trener svih trenera)

*

Ljekarski STETOSKOP, koga je 1816.godine izumio francuski ljekar Rene Lajnek, definitivno odlazi u istoriju. Kao što je MP3 zamjenio CD, a ovaj potisnuo kasete, i stetoskop će uskoro biti zamijenjen malim prenosivim ultrazvučnim uređajima. Njima će se pregledati ne samo srce već i drugi unutrašnji organi u tijelu i to već prilikom prvog kontakta sa ordinariusom. Studenti medicine se u razvijenom svijetu uveliko obučavaju za rad i dijagnostiku na tim aparatima.

(Dr Džagat Narula)

*

Dnevni unos 3-4 mlječna proizvoda kao i 500-600 gr voća i povrća, te 150 gr hljeba podjednako štite od nastanka kardiovaskularnih bolesti.

*

Muškarci u braku imaju zdravije kosti od neoženjenih vršnjaka, pogotovo ako su se oženili poslije 25.godine života i nisu se razvodili.

Brak i poboljšanje zdravlja kostiju kod žena - nisu u korelaciji.

(Univerzitet Kalifornija)

*

Ne bojim se smrti. Od kad pamtim, umiru drugi !

(Žarko Petan)

*

Da bi se dobro pisalo i mislilo, treba živeti istinito, izbegavati lake puteve i širom otvorena vrata, opirati se zahtevima politički korektnog mišljenja. Odricanje od lakoće nije po ukusu potrošačke civilizacije, ali i u njoj ima mesta za one koji se odupiru, koji traže svoj put kroz prašumu.

(Milovan Danojlić, pisac)

*

**Živimo kao u Africi.
Za neke nema hrane, a za druge nema zime.**

(Radmilo Mićković)

*

I ljubavni odnosi su u krizi.
Mnoge ankete su pokazale da je sve više muških sponzoruša, a i da se sve veći broj žena udaje uz prethodno potpisivanje predbračnog ugovora.

*

Suviše slana hrana povećava nivo tečnosti u organizmu, što u ležećem položaju sužava disajne puteve, otežava disanje i izaziva HRKANJE i povremeno prestanak disanja tj. noćnu apneu, sa posledičnom hipoksemijom.

(Univerzitet Porto Alegre, Brazil)

*

Oba pola LAŽU o broju partnera koje su imali u životu !

Žene taj broj smanjuju i to čine da ne bi ostavile pogrešan utisak, ali i da zaštite ego svog partnera, dok ga muškarci povećavaju da ne bi ispalo da su nedovoljno iskusni ili poželjni.

**Muškarci pravi broj seksualnih partnerki MNOŽE sa tri,
dok žene broj svojih partnera umanjuju ili čak DIJELE sa tri.**

63% žena tvrdi da se UŽASAVA LAŽI u vezama.

*

Govori tiše, dalje se čuje !

(Bane Jovanović)

*

**Seksualno uzbudjenje blokira osjećaj gađenja i
vrlo je važan mehanizam zbog kog se ljudi uopšte upuštaju u seks !**

*

KAJANJE zbog seksa:

Muškarci se kaju što su bili previše stidljivi da priđu nekoj ljepotici i
što nisu imali dovoljno ljubavnih iskustava dok su živjeli sami.

Žene se kaju što su nevinost izgubile sa pogrešnim muškarcem ili
što su se rano upustile u seksualnu vezu, ali i što su učinile neku preljubu ili
što nisu iskoristile zgodnu priliku za preljubu.

*

**STRES možete umanjiti
ako na po jedan minut stavite ručne zglobove pod mlaz hladne vode, a
zatim hladnom vodom pokvasite dio ispod ušne resice.**

*

**Komunjare, komunjare,
vi volite samo pare,
svi ste vi komunisti
pravljeni na kalup isti.**

(Baja Mali KNINDŽA)

*

Muškarci SKIDAJU BURMU prije izlaska sa prijateljima i nakon svađe sa partnerkom,
dok to žene čine samo nakon razmirica sa partnerom.

*

Najteže i najstresnije je odgajati troje djece, tvrde roditelji koji imaju četvoro i više djece.

*

Gledanje televizije više od dva sata dnevno dovodi do promjena u mozgu koje
smanjuju verbalnu inteligenciju tinejdžera.

*

Izrazi svoju bol rječju !
Bol koja ne progovori guši srce dok ne pukne.

(Šekspir)

*

ĆIRILICA se piše i govori. Naše najlepše reči jedino se mogu aromatično i
uzbudljivo izgovoriti ćirilicom: žitije, zadužbina, otadžbina...
Ne samo kada ih napišete, nego i kada ih izgovorite one zvuče ćirilično.

Na nama je da čuvamo ćirilicu na svakom mestu.
Najskuplje srpske rime napisane su našim starim pismom.

(Draško Ređep, književni i likovni kritičar)

*

**Olujni vетар дувao је и у Вуковару.
Занимљиво, ломio је само ćirilične table.**

(Ranko Guzina)

*

Eksperimentalno je dokazano da se lijepa lica ne pamte toliko koliko smo mislili.
Istina je da ćemo prije zapamtiti ona koja to nisu. Simetrična lica teže se pamte.

*

Naš **mozak brzinski skenira** nepoznatu osobu sa kojom dođemo u kontakt, slažući
kolaž od svih signala koji su odaslati prema nama. Tokom susreta o osobi gradimo
utisak koji je kao digitalna fotografija, odmah je razvijena, nikad sasvim ne izbledi i beleži
mnogo tačnih podataka.

(Ivana Paunović, psihoterapeut)

*

Žene vole komplimente, naročito one koji se odnose na njihovu vitku liniju
(43%), a samo 3% žena obožava da čuje kako imaju lijep osmijeh.

**I nikada, baš nikada im ne treba reći da su se ugojile (iako jesu),
da izgledaju umorno (iako izgledaju) i da djeluju neraspoloženo.**

*

25% kiseonika koji udahnemo potroši naš mozak.

*

Na javnoj sceni nema mesta za skromne, stidljive,
patrijarhalne i pobožne ljude.
Zna se kome je tamo mesto.

(Ranko Guzina)

*

OSJEĆANJE GANUTOSTI je znak da smo procijenili da se u životu ili na televiziji događa nešto što je veoma lijepo, plemenito ili pravedno. Ganuti smo kad nam nešto dodirne dušu ili naše srce. Osobe sklone tome su sposobne da u svijetu oko sebe prepoznaju dobrotu, ljestvu, plemenitost.
Međutim, savremeni čovjek je postao relativno neosjetljiv na događaje koji ga se neposredno ne tiču, zatvoren je i zbog svoje odbrambene ravnodušnosti gubi na kvalitetu življenja.

*

**CUCLA ne može da izazove probleme sa zubićima
ako se koristi samo do drugog rođendana.**

Bebama koje energično cuclaju, cuclu treba ukinuti oko 18. mjeseca života.
Djeca starija od 3 godine, koja koriste cuclu češće imaju upalu srednjeg uha !

Odvikavanje od cucle je brže ako se cucla probuši iglom.

*

**Pošao sam u crkvu, a otišao u kafanu.
Ima boga !**

(Srba Pavlović)

*

Održavanje VEŠ MAŠINE:

- Poslije pranja bubanj mašine obrišite čistom, suvom krpom.
- Mrlje od kamenca natopite alkoholnim sirćetom i poslije 10 minuta saperite vodom i obrišite suvom krpom.
- Poslije pranja izuzetno prljavog veša, ponovite program pranja BEZ veša sa dodatkom limunovog soka i potom izbacite vodu.

*

ISTORIJA JE CENZURISANA PROŠLOST !

(Žarko Petan)

*

Kafa bez šećera. To je ona kafa koju pijem bez tebe...

(Stanislav Tomić)

*

BIJELI LUK u „narodnoj medicini“ :

- AKNE : Zgnječiti 2 čena bijelog luka i staviti na aknu. Efekat je brz !
- HERPES SIMPLEX : Presjeći čen bijelog luka i držati na herpesu po 10 minuta pet puta u toku dana.
- IVER ispod kože : Zgnječiti čen bijelog luka i fiksirati ga flasterom na kožu pod kojom je drveni opiljak, sve dok ga ne „izvuče“.
- GUBITAK KOSE : Par puta nedjeljno izmasirati vlastište uljem od bijelog luka ili zgnječenim bijelim lukom u trajanju od deset minuta.
- PREHLADA I KAŠALJ : Sitno isjeckati bijeli luk i preliti sa 2 dl vruće vode. Nakon deset minuta pripravak piti kao čaj.
- ZA OMEKŠAVANJE KOŽE LICA staviti masku od zgnječenog bijelog luka i kasnije isprati vodom.

*

NAČINI nošenja ŽENSKE TORBE i karakterne osobine :

- Preko ruke : slavna i superiorna.
- Više torbi u isto vrijeme: umorna, nefokusirana, odsutna osoba.
- Torba na ramenu, ruke slobodne : „štreberka“ koja nema kontrolu nad životom.
- Torbica naprijed pridržavana sa obje ruke uz stidljiv osmijeh, prekrštene noge - odbrambeni stav.
- Torba dijagonalno: skrivanje figure i garderobe.
- Torba pod miškom: spremna na sve samo da uspije.

*

EUTANAZIJA („milosrdno“ ubistvo teških bolesnika) se u evropskim klinikama provodi sa natrijum-pentobarbitalom razmućenim u čaši vode.

Na sreću, oko 70% bolesnika ipak odustane od ove vrste (samo)ubistva !

(Švajcarska Klinika „Dignitas“)

*

Gorile su kućni ljubimci tajkuna !

(Miodrag Lazarević)

*

Dosada je učiteljica poroka.

(Miljenko Žuborski)

*

U Baškorostanu (Rusija) postoji ustanova za **liječenje narkomanije** u kojoj se zavisnici tretiraju izolacijom, strogom dijetom, detoksikacijom i metodama šokiranja i zastrašivanja tako što ih nasilno polažu u mrtvačke sanduke i simuliraju sahranu.

„Psihološka metoda sahranjivanja praktikuje se da bi zavisnici bili svjesni šta ih čeka ako ne prestanu da uzimaju narkotike – grob i hladna zemlja.
Poslije takvog liječenja naši pacijenti se bukvalno osjećaju kao ponovo rođeni.“

(Anton Zelenov, direktor ustanove)

U Rusiji, inače, nije dozvoljena supstituciona terapija tj. postupno „skidanje s droge“ metadonom i sličnim preparatima.

*

Čeda Jovanović sa muftijom Zukorlićem verovatno čini najbizarniju koaliciju u političkoj istoriji Evrope. Ta kombinacija bi mogla da se nazove „Gej parada u Novom Pazaru“.

(Branko Radun, analitičar)

*

Od 16% osoba koje kažu da su umorne, 80% njih je zapravo bezvoljno.

To je stanje gubitka energije, zadovoljstva i želje.

Terapija: ponovno pronalaženje motivacije i zadovoljstva.

*

Kako ojačati volju ? Lako.
Reč MORAM zameni rečju HOĆU !

*

U naukama o ponašanju „normalno“ obično označava „ono što ne odstupa od prosječnog“.

Takva definicija Ajnštajna, Teslu, Pikasa i mnoge druge svrstava među potpuno nenormalne.

*

Ako ima pravde, pobedićemo je !

(Bane Jovanović)

*

Žene životne dobi od 20 do 44 godine, koje najmanje 10 godina puše po kutiju cigareta dnevno, imaju za 60% veći rizik da obole od raka dojke !

*

Nakon prestanka pušenja „**bivši“ pušač se goji** zbog promjene bakterijskog sastava u njegovim crijevima, koji postaje sličan bakterijskoj flori kakvu imaju gojazne osobe !

(Prof. Dr Gerhard Rogler)

*

Studija Univerziteta Notre Dame pokazuje da muškarci s višim nivoom testosterona imaju veće šanse da postanu očevi. Nakon rođenja djeteta, nivo muških hormona opada zajedno sa opadanjem libida i prosječnim brojem seksualnih odnosa.

Ali već poslije 1 - 2 godine - sve se „vraća u normalu“.

*

- **Proteini „bude“, a ugljeni hidrati „promovišu“ san !**
- Popodnevna „dremka“ kvari prirodni stimulans za san.
- **Ranoranioci su uspješniji u poslu i životu.**

*

- Tata, kakve je boje šljiva ?
- Plave !
- A zašto je ova crvena ?
- Zato što je zelena !

*

Sve mi se smučilo !
Sigurno je da više nikada neću kročiti u sudnicu.
Osim, ako me za nešto ne optuže !

(Toma Fila, advokat)

*

Kad neko mnogo tupi, odbrusite mu !

(Radmilo Mićković)

*

NEVERBALNI GOVOR I ZNAČENJE :

- Kad žena provlači prste kroz kosu, to je znak nervoze u prisustvu muškarca koji joj se dopada.
- Omijeh koji traje manje od 5 sekundi – lažan je.
- Češće treptanje očima (>8 puta u sekundi) znak je pojačanog stresa.
- Grickanje usana je znak da je osoba pod pritiskom.
- Stiskanje usana – ljutnja.
- Izbjegavanje gledanja u oči je znak da osoba laže.
- Naginjanje glave u stranu – pažljivo slušanje sagovornika i saosjećanje.
- Podizanje jedne obrve je izraz znatiželje i interesovanja.
- Spuštanje obrva označava strah i zbumjenost.
- Masiranje čela, uha ili noge ukazuje na tremu i zbumjenost.
- Naginjanje prema sagovorniku je dobrodošlica.
- Raširene noge i ruke označavaju dominantan stav.
- Ruke na bokovima su poza moći.
- Prebacivanje s noge na nogu je izraz nervoze.
- Prekrštene ruke su – odbrambeni stav.
- Brzi hod je – ambicija.
- Blago poskakivanje pri hodu je oznaka vesele naravi.
- Bogata gestikulacija upućuje na energičnost, toplinu i optimizam.
- Šake u džepovima ukazuju na hladnoću i nezainteresovanost.
- Igranje prstima znak je stida i nedostatka samopouzdanja.

*

Povrede glave nastale prije 56.rođendana ostavljaju posljedice u smislu promjena u rasuđivanju, neracionalnom ponašanju i dovođenju sebe u tragične situacije sa smrtnim ishodom (0,2%), iako nisu postojale nikakve prateće smrtonosne bolesti i tegobe.

(Dr Šina Fazel, Univ.Oksford)

*

**Izgore nam penzija !
Kremirali smo dedu.**

(Slavko Mali)

*

Kad bi stvarno bilo „što na umu to na drumu“ ja bih vozio „mercedes“!
(Stanislav Tomić)

*

Februar je ženski mjesec jer je prevrtljiv kao žena.
On se zove i veljača, a veljača je prevrtača, pa dan raste, jer je sve velji – duži.

(Nebojša Kuštinović, meteorolog)

*

General Oskar Poćorek, zapovjednik za Bosnu i Hercegovinu, inače pounijačeni

Slovenac i veliki srbomrzac, osnovao je po nalogu iz Beča pomoćnu miliciju, zloglasne ŠUCKORE, nesrpskog porijekla i sastava. Šuckori su imali neograničenu slobodu da se obračunavaju sa Srbima, da ih ponižavaju, pljačkaju, da im pale kuće, crkve, pa čak i da ih ubijaju, a da za to nikome ne polazu račune.

U Prvom svjetskom ratu u Aradu (Rumunija) bio je logor za Srbe kroz koji je prošlo 15.000 Srba i u kome svaki treći logoraš - nije preživio.

(Novosti)

*

Za popravku anemije i stvaranje **hemoglobina** preporučuje se uzeti **5 suvih grožđica i 5 badema** i ostaviti da se preko noći natapaju u čaši vode, a onda ih ujutru pojesti.

*

Ja sam po nacionalnosti Srbin, crtica, Crnogorac.
Nepotrebno precrtati.

(Savo Martinović)

*

Anonimna žena iz Bosne i Hercegovine objavila je kako se **izliječila od raka** endokrinih žlijezda **bez operacije, hemoterapije i zračenja**.

DVA VEĆA KORIJENA DŽUMBIRA očistiti i isitniti na najsitnije pomoću električne sjekalice, a zatim pomiješati sa 500 gr DOMAĆEG MEDA.
Smjesu staviti u teglice i uzimati plastičnom, drvenom ili keramičkom kašikom (nikako metalnom!) 3 – 4 puta dnevno.

Žena kaže da je prve pozitivne efekte osjetila već poslije 3 – 4 dana i da ovaj preparat „DIŽE IZ MRTVIH“ !

*

Ko nešto hoće, nađe način.
Ko nešto neće, nađe opravdanje.

(Pablo Picasso, slikar)

*

PŠENICU jedemo svaki dan, a loša je za zglobove, kožu i nivo šećera u krvi.

U pšenici nema ništa što se ne može naći u drugim namirnicama.
Ugljikohidrati iz pšenice se razbijaju na šećere i izazivaju povećano lučenje
insulina i aktiviranje žljezda za produkciju masnoća.
Rezultat : masna koža, akne i pojava dijabetesa.

Zbog konzumacije proizvoda od pšenice često se javljaju i bolovi u
zglobovima prstiju šaka, kukovima i koljenima, pa čak i u leđima !

(Dr Vilijam Dejvis, kardiolog)

*

U posljednje vrijeme širom svijeta tinejdžeri sve više dobijaju VAŠKE, jer
dodirivanje glavama tokom fotografisanja „selfija“ omogućava ovim parazitima
da pređu sa jednog vlasnika na drugo.

*

Od polovine druge decenije života **svakih 10 godina** zbog manjeg protoka krvi i
smanjenja veza u mozgu, **efikasnost mozga nepovratno opada za 7%**.
Srećom, nervne ćelije u mozgu kreiraju nove veze svaki put kad nešto naučimo,
što predstavlja zaštitnu mrežu protiv gubitka pamćenja i Alchajmerove bolesti.

*

25-godišnja kanadska studija na uzorku od 90.000 žena pokazuje:

- Svaka peta žena bila je bespotrebno podvrgnuta hemoterapiji i radioterapiji zbog krvica u dojkama otkrivenim na mamografiji, a koje su bile benigne prirode.
- Mamografija je za 15% smanjila smrtnost od raka dojke kod žena u 40-tim godinama života i za 20% kod onih starijih.
- Mamografija ne doprinosi padu smrtnosti, već naprotiv doprinosi porastu pogrešno postavljenih dijagnoza i nepotrebnom liječenju raka - koga nije ni bilo.
- U Švajcarskoj postoji ozbiljna nastojanja da se ova vrsta „preventivne dijagnostike“ mora zaustaviti !

*

U ratu ludaci imaju psihološku prednost.

(Dejan Tufčević)

*

POLIGRAFSKO TESTIRANJE („detektor laži“) se ne obavlja kod osoba koje su pod uticajem droge, alkohola ili sedativa, a izričito se zabranjuje kod trudnica, porodilja, osoba starijih od 65 godina, kao i kardiovaskularnih i psihijatrijskih bolesnika i osoba koje trpe fizičke bolove.

*

Novac vam može kupiti kuću, ali ne i dom.
Novac vam može kupiti krevet, ali ne i san.
Novac vam može kupiti sat, ali ne i vrijeme.
Novac vam može kupiti knjigu, ali ne i znanje.
Novac vam može kupiti položaj, ali ne i poštovanje.
Novac vam može kupiti lijekove, ali ne i zdravlje.
Novac vam može kupiti krv, ali ne i život.
Novac vam može kupiti seks, ali ne i ljubav.

(Kineska)

*

„Žena pirana“ je ona žena koja namjerno i vrlo svjesno ostane trudna sa bogatim muškarcem, pa on nema drugog izbora nego da ode i kupi – burme !

*

Kada se lijepa žena smije, novčanik plače ?!

(Italijanska)

*

**Ja se na planine penjem o svom trošku, a ne kao neki na tuđe žene
o državnom trošku.**

(Čeda Jovanović, poslanik)

*

35% Francuza mlađih od 35 godina pati od hipohondrije.

*

Hvalisanje je početak sramote.

(Narodna)

*

Niko ne bi trebalo da piše ono što Bog ne bi želeo da čita.

*

Ljudi određenih zanimanja (medicinski radnici, igrači, koreografi, mesari, konobari) skloniji su razvodu braka od ostalih.

*

LJUTU HRANU vole pustolovi,
SLATKIŠE odvažni,
GORKO izbirljivi, a

KISELO oni koji su spremni da pomjeraju granice.

*

Ništa na svijetu nije teže od iskrenosti i ništa lakše od laskanja.

(Dostojevski)

*

Ko god nam nije po volji, mi kažemo da je peder,
što je takođe još jedan oblik diskriminacije pravih pedera.

(Ranko Guzina)

*

Žene nepušači koje su bile u dužem periodu **izložene pasivnom pušenju**, duže od 10 godina u djetinjstvu ili preko 10 godina u zreloj dobi, imaju 61% veće šanse da dožive vanmateričnu trudnoću, 55% da rode mrtvorođenče i za 17% više šansi za spontani abortus.

Žene pušači tokom reproduktivnog perioda, u poređenju sa ženama nepušačima, imaju za 44% veće šanse da rode mrtvo dijete, 43 % da imaju vanmateričnu trudnoću i za 16% veće šanse za spontani pobačaj.

(Euroblis)

*

Ako osećate da ćete se zaljubiti u sebe, razbijte ogledalo.
Bolje sedam godina nesreće nego nesreća celog života.

(Vladica Milenković)

*

**S prvim snijegom je kao sa prvim seksom.
Ne zna se kada će ga biti ni koliko će trajati.**

(Nebojša Kuštrinović, meteorolog)

*

Hormon **kortizol** podiže nivo energije, povećava krvni pritisak i nivo šećera u krvi i predstavlja pravi „doping“ za organizam.
Ljudsko tijelo najviše kortizola luči oko 8,30 h ujutru.

Ako u to vrijeme popijete omiljenu kafu, **kofein** će uticati da se kortizola još više luči i tako dovede organizam u stanje anksioznosti i stresa. Zato je bolje kafu popiti poslije 9,30 h, kada nivo kortizola prirodno opada i kada će kafa dati svoj puni pozitivni efekat.

Ako vam ujutru treba nešto toplo i osvježavajuće, neka to bude čaša mlake vode sa dodatkom limunovog soka i malo meda. **Kafu ostavite za kasnije.**

(Dr Stiven Miler)

*

**Mladost imamo da bismo činili gluposti, a
starost da bismo žalili za tim glupostima.**

(Ernest Hemingvej, pisac)

*

ČAŠA vina ili piva pred spavanje za bolji san izaziva suprotan efekat kod ljudi koji imaju problem sa nesanicom. Alkohol smeta različitim fazama sna, pa organizam ne može da se oporavi i regeneriše, prerano se budi, što rezultira umorom i malaksalošću. Za dobar san se preporučuje:

- izbjegavanje večernjih obroka poslije 19,00 h.
- prijatna muzika ili čitanje lakog štiva
- čaša mlakog mlijeka sa malo meda ili
- čaj od lavande

(Prof.Dr Hademar Bankhofer)

*

NE PIŠITE AFORIZME PRLJAVIM RUKAMA.
ZARAŽIĆETE JAVNOST !

(Slavomir Vasić)

*

Principi preživljavanja po „pravilu trojke“.

Možete preživjeti:

- 3 minuta bez vazduha
- 3 sata bez skloništa
- 3 dana bez vode
- 3 nedjelje bez hrane

Ako ste zarobljeni u kolima tokom snježne oluje, vjerovatno ćete ogladnjeti,
ožednjeti i poželjeti da izađete i potražite hranu.

Zapamtite – za preživljavanje je najvažnije sklonište !

Dakle, ostanite u automobilu !

Neće vam biti udobno, ali ćete preživjeti.

(Džoel Lambert, bivši marinac FOKA)

*

Ako ubacimo u organizam **previše šećera**, insulin će biti previše stimulisan i već
poslije 90-120 minuta doći će do hipoglikemije.

Jedina situacija kada ćemo svjesno osjetiti korist od šećera jeste kada imamo
simptome hipoglikemije: problem sa koncentracijom, rastrojene misli,
anksioznost, drhtavica, preznojavanje, lupanje srca i mutan vid.

(Dr Luk Tap, Univerzitet Luizijana)

*

Kontrolišu vam misli preko interneta.
Tačno znaju šta mislite dok gledate porno sajtove.

(Milan Todorov)

*

Nepismenim svaka knjiga ima složenu i napetu radnju. Čitanje.

(Vladica Milenković)

*

**Na izborima uvek pobedi neki bolesnik.
Nema zdrave konkurencije.**

(Vlada Dramičanin)

*

Nije mi ni na kraj pameti da siđem s uma.

(Radmilo Mićković)

*

ZAVIST je jedan od sedam smrtnih grijehova. To je rđavo osjećanje koje izjeda osobu i spolja i iznutra. Dolazi nepozvano i ne zna da ode, a manifestuje se najezdom pakosnih misli, osjećanja i djela. Ljudi zavide onima koji su bolji od njih, imaju više moći, novca i drugih statusnih simbola.

U pitanju je mrzilačko stanje, čiji epicentar je zapravo inferiornost. Ne treba se porebiti sa drugima, niti ih diskvalifikovati i ubijati imaginarno ili stvarno, već **samo ostvarivati svoje važne želje i ciljeve.**

Više je ljudskih glava stradalo od novca nego od mača.

(Balzak)

Poznato je da se uspjeh ne opršta, pa mnogi ljudi plašeći se sopstvenog uspjeha često sabotiraju sami sebe, jer „nije fer biti bolji od drugih“ ?!

(Plus)

*

**Zavist je gora od gordosti, koja se nekako može u toku života i korigovati.
Zavist nikada...**

(Patrijarh SPC Pavle)

*

Ništa u vezi sa svijetom ili životom nije pravedno. Vjerovatno nikad nije ni bilo.
Moćnici su uvijek eksploatisali manje moćne.

Vlast se u nekom trenutku pretvori u nešto što nema veze sa ljudima.
Ali to ne treba da vas odvrati od življenja ovog nevjerovatnog i fascinantnog života.
Možete da budete veliki i da ostanete skromni.
Samo ako želite.

*

Međugeneracijski dijalog je nemoguć.
Matori su nagluvi, a mladi imaju slušalice u ušima.

(Ranko Guzina)

*

Kombinacija hormona OKSITOKSINA („hormon ljubavi“) povezanog sa pozitivnim emocijama i HUMANOG HORIONSKOG GONADOTROPINA, koji je važan u trudnoći i doprinosi smanjenju osjećaja bola pri porođaju, **smanjuje sve hronične bolove za 30-40%,** i pretjeranu upotrebu analgetika.

*

MODNI VODIČ za muškarce niže od 168 cm.:

- kratka frizura SVAKAKO
- jednobojne kombinacije SVAKAKO (produžuju figuru)
- tamne boje odjeće SVAKAKO (dežmekaste čine da izgledaju mršavije)
- kaput i sako sa dva dugmeta SVAKAKO
- dvoredni sako ili džemper NIKAKO
- širok i duži sako NIKAKO
- džemperi od tanjih materijala SVAKAKO
- duboki V izrez džempera ili majice NIKAKO
- košulje moraju biti sa špicastom kragnom SVAKAKO
- prevelike manžete na košuljama NIKAKO
- košulje sa velikim šarama NIKAKO
- preširoke kravate i kaiševi NIKAKO
- pojas pantalona mora biti visoko u struku SVAKAKO
- izrazito uske ili široke pantalone NIKAKO
- pantalone sa prugastim dezenom ili pepitom NIKAKO
- manžete na pantalonama NIKAKO
- farmerke moraju biti ravnih nogavica
- cipele sa petom od 1,2 – 2,5 cm SVAKAKO

*

Najopasniji su jebivjetri sa olujnom snagom.

(Ivko Mihajlović)

*

Ona mašta koja je izmislila Gospu u Međugorju,
izmislila je i genocid nad Hrvatima.

(Ranko Guzina)

*

Osobe koje pate od nesanice imaju manje sive mase u frontalnom dijelu mozga.

*

Usamljenost je naš izbor, dok smo na samoću osuđeni.

Tehnološke inovacije (internet, mobtel, tablet) anesteziraju želju za zблиžavanjem
toliko da je usamljenost postala bolest modernog doba.

Potreba za drugima govori o osjećanju pripadanja, zajedništvu, dijeljenju i pomaganju
kao i drugim relacijama među ljudima.

Usamljenici to ispoljavaju na drugi način i nisu čudaci. Oni imaju vrlo bogat
unutrešnji život i znaju da osmisle vrijeme jer imaju kapacitet za „biti sam“.

To su uočljive i zagonetne osobe, koje druge intrigiraju pitanjima o čemu li misle, kome
vjeruju, šta čitaju, zašto su takvi... Usamljenost nije izolacija već je osoba u svom svijetu
po svom izboru. Ne razlikuje se od okolnih ljudi već samo nema potrebu da bude u
društvu jer ne voli „šuplje priče“, licemerje. Posjeduje kapacitet za empatiju i ljubav i
sama bira s kim hoće i s kim neće da kontaktira.

To nije patologija već karakteristika ličnosti i lični stav.

Usamljenici ne govore preglasno, ne kukaju, ne plaču na sav glas i ne svadaju se.

Oni imaju svoj zidić preko koga može samo da se viri.

Mnogi od njih žive u porodicama i uvijek nađu načina da se smjeste u sklonište
svoje duše, kad za tim imaju potrebu, a kada požele druge – pružaju ruke.

Međutim, ako je usamljenost rezultat okolnosti (gubitak najbližih, iseljeništvo, bolesti)
može otici i u depresiju. Usamljenost je znak trpljenja, neprilagođenosti, nezadovoljstva
sobom, strepnje. Kada usamljenike društvo ne prihvata iz iracionalnih razloga, tada se
neprihvaćeni udružuju u grupe koje su po pravilu nasilne, agresivne, neukrotive.

Akumulirano nezadovoljstvo, udruženi strahovi i bijes zbog neprihvatanja
nalaze izlaz u rušilaštvu.

Druženje za mlade je bezbijedan most za prelazak iz djetinjstva u odraslo doba.

Društvo im daje osjećaj pripadanja, moći, progrusa i zajedništva.

Međutim, period adolescencije se danas, zahvaljujući tehnološkim inovacijama, produžio
do 25 godine i praćen je sporijim sazrijevanjem i pasivnim životom -.

Samoća je stanje u kome se osjećamo kao da nema nikog oko nas,
da smo prepušteni sami sebi. Neko se s tim lakše a neko teže suočava.

Takve osobe ne treba dirati niti im nuditi ono što im nije potrebno.

(Vesna Brzev- Đurić)

*

Čovek može da kaže da mu život nije promašen
ako može bar jednu jedinu stvar da uradi bolje od drugih.

(Momo Kapor)

*

Udate žene imaju za 33% manji rizik od koronarne bolesti srca sa smrtnim ishodom nego neudate. Sličan procenat rizika ustanovljen je i kod muškaraca.

(BMC Medicine)

*

Džon Perkins, bivši „economic hit man“ (EHM) odnosno „plaćeni ekonomski ubica“, objašnjava mračnu stranu svjetske ekonomije – primarno stvaranje globalne imperije bez sile.

- Prvi zadatak je da se otkriju one zemlje trećeg svijeta koje imaju resurse za koje su zainteresovane američke korporacije, npr. naftu i da se pokrene igra ucjena i prijetnji, a po potrebi i sile. Tim zemljama Svjetska banka i slične institucije dozvoljavaju ogromne pozajmnice, ali novac ne ide direktno u tu zemlju već američkim kompanijama koje grade moćne fabrike, industrijske komplekse i druge infrastrukturne projekte u toj zemlji. Od toga imaju koristi lokalne bogataške familije i američke korporacije, ali ne i siromašna populacija. Zemlja upada u ogroman dug koji ne može da vrati.
- Tada „ekonomske plaćene ubice“ nastupaju i od zemlje dužnika traže ono od čega žive: naftu po niskim cijenama za američke naftne kompanije, ili glasove u OUN za američke projekte ili da podrže američku vojsku npr. u Iraku.
- Otvoreno propovjedaju altruizam i govore o dobrobitima humanitarnih projekata.
- Potom zaduženoj zemlji MMF ponudi dodatnu finansijsku pomoć u vidu smanjenja dugovanja, ali tek onda kada se država složi da proda svoje resurse stranim kompanijama i da privatizuje javni sektor.
- Ako slučajno u svemu tome nema uspjeha, nastupaju agenti „šakali“ sa ciljem da sruše vladu te zemlje ili one lidere koje „ekonomske plaćene ubice“ nisu upjele da korumpiraju.
- Ako bi i „šakali“ podbacili, onda nastupa američka vojska, kao npr u Iraku. Posljedica toga je potpadanje države pod svjetsku imperiju.
Tako funkcioniše ovaj svijet !

Preventiva je da države u kooperaciji sa drugim zemljama širom svijeta ne ulaze u nove dugove i ne preuzimaju otplatu starih dugova, koje su napravili neki bivši lideri, korumpirani od strane „ekonomskih ubica“.

Ako svi ustanu i pobune se, moguće je i nadati se nekom (?) uspjehu.

*

I kad pojede celu jabuku, crv je od jabuke manji.

(Milan Beštić)

*

Izgleda da je muškarac u ljudskom društvu postao beskoristan.
Naša civilizacija će potonuti u stanje koje se viđa kod pčela, mrava i drugih insekata –
stanje u kojem se muškarac surovo ubije.

(Nikola Tesla)

*

Osobe koje biraju crvenu boju umjesto plave pokazuju i do 25% agresivnijih
crtica ličnosti, a u opasnim situacijama spremniji su da naude drugima.

(Američka studija)

*

Kampanja Delegacije za zaštitu ravnopravnosti polova EU
ide pod sloganom
„Kako se moj posao zove u ženskom rodu ?“.

Prof. Dr Miloš Kovačević, lingvista, pita se kako ćemo zvati babice muškog pola,
da li će žene sudije biti sutkinje (kroatizam!) ili sudijanke, i
zašto su žene vojnikinje, a ne vojnikuše ?

Studenti su već rupe na beogradskom asfaltu prozvali „ležeće policajke“,
kao pandan „ležećim policajcima“.

Jezik ne reaguje na silu i vještačke kovanice.

*

**Uznemiravajuća tehno muzika u diskoteci mozak topi,
a donja čakra počinje da vibrira u novom ritmu.**

*

Ako redovno skačete (po10 puta u dva navrata) svakoga dana,
povećaćete gustinu svojih kostiju !
Sa skakanjem treba da počnete već od svoje 25. godine života.

(Američka studija)

*

Suštinska razlika između naših religija sastoji se u tome
što su hrišćani spremni da umru za svoju vjeru,
dok su muslimani spremni da ubiju za nju.

(Otc Flavijan)

*

Prilikom sportskog dizanja tegova i intenzivnog duvanja u duvačke muzičke instrumente dolazi do porasta i očnog pritiska, tako da ljudi sa nedijagnostikovanim glaukomom rizikuju čak i da oslijepe.

(Prof.Dr Den Renstin, Klinika za vid, London)

*

Nesvjesna obmana rezultat je prenošenja zabluda za koje osoba koja ih prenosi vjeruje da su istinite i to onda nije laž.

Svjesna obmana je namjerno i svjesno iskrivljivanje stvarnosti čiji je cilj da se druga osoba navede na pogrešno zaključivanje o stvarnosti. Svjesna obmana se dijeli na **prečutkivanje i laganje**. U prvom slučaju riječ je o namjernom izostavljanju važnog podatka o objektivnoj stvarnosti.

Laganje je svjesno i namjerno konstruisanje slike stvarnosti koja ne odgovara istini. Znakovi laganja ne postoje. Ono što primjećujemo na drugima kao npr.znojenje, drhtanje prstiju, dodirivanje nosa, usta, vrata ustvari su znakovi uznenirenosti, zabrinutosti u situaciji u kojoj se osoba nalazi.

Otkrivanje laži i laganje su zapravo dvije strane istog novčića. Što bolje otkrivamo laganje, bolji smo u laganju i obrnuto. Prema tome, samo na savjesti pojedinca ostaje kada će smatrati da je ispravno koristiti laž.

(Boris Đurović, psiholog)

*

ČIM NEKO KAŽE DA NIKADA NE LAŽE, UPRAVO JE IZGOVORIO LAŽ.

*

Retke budale sve su češće !

(Savo Martinović)

*

Dok istina obuje cipele, laž proputuje pola svijeta.

(Mark Tven)

*

Majka mi je Hrvatica, iako je rođena u Beogradu. Svi njeni su iz Vinkovaca i tamo imam mnogo rodbine. Tata je Crnogorac, a ja sam Srbin.

(Novak Đoković, No 1.za „Respekt!“)

*

Koštane ćelije nepušača vrhunskog su kvaliteta i zato prelomi kostiju kod njih brže zarastaju nego kod pušača.

(Univerzitet Linkoln)

*

**Kako su ljudi glupi !
Čine zlo, da im se zlo vрати.**

(Meša Selimović)

*

Nekad su dželati nosili kapuljače. Danas nose kravate.

(Vasil Tolevski)

*

Onaj ko kaže da je Ivo Andrić njegov, a Gavrilo Princip ne, laže jer hoće da se ogrebe o Andrićevu slavu, a da se distancira od „politički nekorektnih“ konotacija koje Principovo ime sa sobom nosi.

(Vladimir Kecmanović, pisac)

*

Patrijarh SPC Vikentije umro je 1958.godine dvije nedjelje nakon susreta sa Titom, kada je odbio da potpiše dokument po kojem SPC priznaje otcijepljenu makedonsku crkvu.

(Press RS)

*

Nekoga je bolje imati među neprijateljima nego među prijateljima.

(Dostojevski)

*

Sujeta je definitivno moj omiljeni porok.

(Nečastivi)

*

- Slušanje džeza ubrzava disanje.
- Brzi ritmovi zbog emocionalnog doživljaja ubrzavaju rad srca.
- Smireni tonovi muzike smanjuju nivo hormona stresa kao i želju za fizičkom aktivnošću.
- Ritam udaraljki povoljno djeluje na koordinaciju pokreta kod osoba sa poremećajem i teškoćama pri hodanju.
- Preglasna muzika podiže energiju, a tiha umara.

*

Mladost je stanje duha... i prostate.

(Miodrag Miga Stošić)

*

Krvni pritisak je redovno viši kada ga mjere ljekari, zbog čega nekada izmjerene vrijednosti prelaze granicu za hipertenziju i povlače nepotrebno uključivanje antihipertenzivne terapije, sa svim njenim neželjenim nuspojavama.

Povišene vrijednosti krvnog pritiska nastaju kao posljedica napetosti pacijenta zbog iracionalnog „straha od bijelog mantila“.

Realnije vrijednosti krvnog pritiska dobijaju se kada mjerjenje obavljaju medicinske sestre (u pristojnoj radnoj uniformi !) i ako mjerjenje obave 2-3 puta u razmacima od par minuta.

Ukoliko su izmjerene vrijednosti krvnog pritiska različite,
tada se notira srednja vrijednost.

*

I elektronske cigarete su škodljive i ne pomažu u odvikavanju od pušenja !

Tečnost („e-tečnost“) je ključni sastojak elektronskih cigareta i moćan je neurotoksin; male doze izazivaju povraćanje, a veće su fatalne, naročito po plod u trudnoći !

(JAMA)

*

Kolumbovo otkriće Amerike bila je mala greška za čoveka,
ali velika za čovečanstvo.

(Rale Damjanović)

*

HOSE MUHIKA, bivši gerilac grupe „Tupamaros“ i borac za prava siromašnih,
šest puta ranjavan, nakon 14 godina robijanja postao je predsjednik Urugvaja,
„ostrva izbjeglica u svijetu ludih ljudi“.

Sa suprugom Lucijom, uglednom senatorkom, živi skromno i umjereni na
maloj farmi u predgrađu Montevidea i vozi staru „bubu“.
Predsjedničku palatu ustupio je na korišćenje beskućnicima.

Na njegovu inicijativu doneseni su zakoni o legalizaciji abortusa,
istopolnih brakova i marihuane.
Nakon predsjedničkog mandata 2015.g. planira da usvoji 40-oro djece i
nauči ih obrađivanju zemlje.

(Treće oko)

*

Predsjednik ljevičarske partije Nepalski kongres i premijer Nepala SUŠIL KOJRALA
(75) je najsilomašniji politički lider na svijetu. Unazad 40 godina živi skromno u
iznajmljenom stanu jer se odrekao nasljedstva od svog bogatog oca, a dnevnicu sa
putovanja vraća vlasti. Od imovine ima samo mobilni telefon !

*

**Ljubav je sposobnost jednog čovjeka da daje,
ne obazirući se koliko dobija zauzvrat.**

(Paulo Koeljo, pisac)

*

BUDI ISKREN PREMA SEBI KAKO NE BI BIO LAŽAN PREMA DRUGIMA.
(Frensis Bekon, filozof)

*

RIK SIMPSON uspješno liječi rak uljem od marihuane i ne naplaćuje svoje usluge.

www.phoenixtears.com

*

Bolje je upaliti i jednu malu svjetiljku nego proklinjati tamu.
(Konfucije)

*

Patrijarh SPC VARNAVA (Petar Rosić, 1888-1937) umro je pod čudnim okolnostima 22.jula 1937.godine, kada je Skupština Kraljevine Jugoslavije izglasala konkordat sa Vatikanom. Patrijarh se zapravo nije protivio konkordatu, ali je zajedno sa SPC bio protiv ozakonjenja privilegovanog statusa Rimokatoličke crkve.

*

Istraživanja su pokazala da prosječnom čovjeku kroz glavu dnevno prođe oko 70.000 misli, a čak 90% njih se ponavljaju.

*

DEGAUSER je aparat za uništavanje magnetnog polja čime se brišu hard diskovi i podaci na njima. Degauser je dobio ime po Karlu Fridrihu Gausu, po kome se zove i jedinica za magnetnu indukciju - gaus.

*

Tek petog partnera u životu većina žena doživljava kao svoju srodnu dušu i kao osobu s kojom žele da prožive život.

20% muškaraca prvu partnerku doživljava kao ljubav svog života i kao osobu koja bi im bila idealna supruga.

*

TIBETANSKI ELIKSIR MLADOSTI pojačava imunitet, reguliše gastro-intestinalni trakt, čisti krvne sudove i jetru, poboljšava ten i „pegla“ bore.

Sastav:

100 ml svježeg limunovog soka
200 gr meda
50 ml čistog maslinovog ulja

Uzima se svako jutro po 1 kašika natašte, tokom 30 dana, s proljeća i jeseni.

*

Nema te kreme koja može da ispegla ženu koja je stalno bijesna i nezadovoljna.
(Suzana Perović)

*

Glasačka kutija je magična.
Ubaciš listić i ispadneš budala !

(Srđan Denčić)

*

TIJESNE CIPELE neće ti više biti tijesne ako ih iznutra poprskaš rastvorom alkohola i vode u omjeru 50:50, zatim obučeš deblje čarape, obuješ cipele i šetaš 20 minuta.

Drugi način je da oguliš dva srednja krompira i ostaviš ih u cipelama preko noći.

*

SIMBOLIKA CVIJEĆA

Za rođenje bebe bira se omiljeno majčino cvijeće.

- Jedan crveni cvijet izražava strasnu ljubav.
- Ružičaste ruže ukazuju na nježna osjećanja.
- Tri cvijeta pokazuju spremnost za „ići na kraj svijeta“.
- Sedam cvjetova se poklanja na dan vjeridbe.
- Jedanaest cvjetova su znak prijateljstva.
- Petnaest cvjetova su izraz zahvalnosti za neki dobar gest.
- Trinaest cvjetova je poruka da nekoga mrzite i prezirete.

Orhideja izražava divljenje.

Visibaba je simbol nade.

Ljubičica ukazuje na ljubavnu žudnju i vjernost.

Bijela ruža je izraz poštovanja, a njen popoljak nevinosti.

Ljiljan je simbol veličanstvenosti.

Neven je simbol neraspoloženja.

Narcis ukazuje na samoljublje.

Hrizantema poručuje da ljubav slabi.

- Raskošni buket se nosi samo za jubileje.
- Cvijet u saksiji se daruje poznatim osobama koje gaje cvijeće.
- U prvu posjetu prijateljima nosi se buket cijeća, kasnije najviše tri cvijeta.
- Za posjetu bolesniku nosi se samo jedan cvijet - nikako bijele boje, niti sa jakim mirisom.
- **U službenu posjetu cvijeće se ne nosi.**

Cvijeće se nosi uspravno u lijevoj ruci i predaje se uvijeno u ukrasni papir ili bez njega (oba načina su ispravna).

*

Osetiš li u sebi plamen, trči,
jer ne znaš kada će se on ugasiti i ostaviti te u mraku.

(Milorad Pavić, pisac)

*

SVETLO KOJE ČOVEK UPALI ZA SEBE SVETLI KASNIJE I DRUGIMA.

(Artur Šopenhauer, filozof)

*

HOMEOPATIJA nema nikakav uticaj ni na jedno stanje niti na bolesti, među kojima su astma, artritis, poremećaji sna, grip, prehlada, iscrpljenost, ekcem, opekomine, kolera, malarija, heroinska zavisnost kao ni na još 60 drugih stanja i oboljenja.

Homeopatija nije efikasnija od placeba ili bar ne postoje pouzdani dokazi za to.

(Savjet za medicinska istraživanja Ministarstva zdravlja Australije)

*

Što se najviše ceni, najteže se opršta.

(Miljenko Žuborski)

*

Mudrac je taj koji zna u datom trenutku da sam sebe prekine.

(Viktor Igo)

*

Čudne su žene: kad su mlade prijete mami da će se udati, a
kad se udaju prijete mužu da će se vratiti mami !

*

Talentovanoj djeci nije potrebno nekontrolisano divljenje, već – podrška.

(Tatjana Vladimirovna Hramova)

*

Reč je barut, začas plane. Nezadovoljstava uvek ima svakavih, ali nikada ne buknu sama od sebe. Reč ih upali.

(Meša Selimović, „Tvrđava“)

*

POTPIS

- **Krupan potpis** sa neobično velikim slovima ukazuje na ekstravertnost i/ili rasipnost i opštu neumjerenost.
- **Sitan potpis** upućuje na potištenost i dobru koncentraciju.
- Ako je **potpis ispod crte** i na lijevoj strani od linije potpisa pokazuje pesimističnu osobu, a iznad crte i desno od linije - optimističnu.
- Ako je **početno slovo** imena veće od početnog slova prezimena znak je potrebe za isticanjem, dok veće početno slovo prezimena upućuje da osoba nije zadovoljna sobom.
- **Nečitak potpis** ukazuje na lukavost i preprednost, a čitak, na jasan i metodičan duh.
- **Jednostavan potpis** je znak otmjenog duha.
- **Uglast potpis** ukazuje na samodisciplinu i jaku volju.
- **Arkadni potpis** gore (povezivanje lukom) izražava neiskrenost, a povezivanje lukom dole otvorenost i dobrodošnjost.
- **Slova koja nadinju** na lijevo, govore o opreznoj osobi usmjerenoj ka budućnosti, a slova nadesno o osobi koja brzo razmišlja i voli da manipuliše.

*

Bez stresa je nemoguće stvarati.

Stres stimuliše kreativnost i osjećaj potrebe da radimo i stvaramo,
da bismo se oslobodili - stresa.

Pored doze stresa, za kreativnost je potrebna i jaka motivacija
koju pokreću jake emocije.

*

Bebe noću plaču da bi sprječile majčino ponovno začeće !

Svojim plačom one nesvesno iscrpljuju majku, sprečavaju njenu ovulaciju i potencijalno začeće brata ili sestre. Osim toga, noćnim dojenjem produžava se i faza majčinog neplodnog razdoblja, koje inače slijedi poslije porođaja.

Ta noćna buđenja su češća u periodu od 6 - 12. mjeseca života djeteta,
kao i tokom razdoblja njegova dojenja.

(Prof.Dr Dejvid Hejg, evolucijski biolog, Univ.Harvard)

*

Na pitanje o mentalnom stanju nacije,
Brana Crnčević je ovako odgovorio:
„Mama piće, tata se kurva, a dete nema ni za drogu.“

*

Nikad od sebe nisam htio da pravim sveca, da se prikazujem boljim
nego što jesam. Ljudima je potpuno jasno da prdim, smrdim i
pričam gluposti kao i svi drugi ljudi.

(Rambo Amadeus)

*

SAMOUBICE skoro nikada nemaju krst oko vrata. Zanimljivo je da krst najčešće leži
pored tela ili je stegnut u pesnici, ali je obavezno skinut sa vrata. Dakle, čak i taj krst ne
daje đavolu da pogubi čoveka. Zato nesrećni samoubica, kojeg je đavo zbumio,
prvo skine krst, a zatim gurne glavu u omču.

(Aleksandar Torik u knjizi „Flavijan- život se nastavlja“)

*

Olja Bećković, voditeljka emisije „Uticak nedelje“ na TV B 92, kaže:
„Svakog ponedeljka idem kod psihijatra.“

*

SLUČAJ je pseudonim koji je sebi izabrao Gospod Bog.

*

- Žene koje rade u administraciji provode tri puta više vremena sa kompjuterom nego sa svojim partnerima (9,3 sata dnevno za kompjuterom, a samo 3,6 sa partnerom!).
- 2/3 ispitanica provodi više vremena za kompjuterom nego u kupovini.
- Osam od deset žena prije će sjesti za kompjuter nego što će raditi neke fizičke vježbe.
- Četiri od deset žena zbog kompjutera zapostavi čak i porodicu.

Tokom samo jednog sata vremena provedenog za kompjuterom ili pred TV aparatom mi nekome nedostajemo u ljudskom, istinskom, direktnom, konkretnom i neposredno emocionalnom smislu.

A šta se tek zbiva sa smart „pametnim“ telefonima:

- 48% žena tvrdi da im je telefon važniji od seksa.
- 20% njih spava s njim u krevetu.
- 76% žena gleda u svoj telefon svakih 90 minuta
- 50% njih ne može da izdrži ni 15 minuta, a da ga ne uzmu u ruke.

A kada u tome izgubi mjeru „žrtva“ postaje neorganizovana u prostoru i vremenu, gubi motivaciju, životnu radost i smisao života.

Direktni ljudski kontakt je nezamjenjiv !

*

Instant informacije sa Interneta zaglupljuju, jer ljudi gube intelektualnu sposobnost da skladište informacije.

(Nikolas Ker, publicista)

*

Žene se u prosjeku smiješe za 126% više nego prosječni muškarci.

Muškarce najviše privlače žene koje se iskreno smiju u njihovom društvu, a to jača osjećaj bliskosti i zajedništva, stišava eventualnu ljutnju i ostvaruje zadovoljstvo u vezi.

*

LJUBAZNOST DOKTORA je važna koliko i lijek.

Prijatni i ljubazni doktori koji bolesnika gledaju u oči, strpljivo ga saslušaju i posavjetuju imaju mnogo bolje rezultate u liječenju gojaznosti, povišenog krvnog pritiska i raznih bolova kod svojih bolesnika, nego ljekari „brzopotezni mrgudi“.

(Američka studija iz Ajove)

*

Alternativno liječenje VITILIGA:

1 kafenu kašiku sjemena paškanata (paštrnaka) preliti šoljom ključale vode i ostaviti poklopljeno 1 sat. Čaj spremati uvijek svjež i piti 4 puta dnevno po 1 šolju.

Liječenje traje 7 mjeseci, uz napomenu da poslije svakog mjeseca terapije treba praviti pauzu od 7 dana.

Takođe se preporučuje i svakodnevno nanošenje čaja na vitiligo, tj. depigmentisane dijelove kože.

*

Zakoni su poput kobasicu – bolje je da ne vidite kako se prave.

(Oto fon Bizmark, pruski državnik)

*

Pametan pas pazi šta laje !

(Miljenko Žuborski)

*

Forenzičar Majk Silverman tvrdi :

1. Otisci prstiju nisu jedinstveni, pošto i rođaci mogu imati iste šare.
2. Otisci starijih osoba mogu se razlikovati od onih kakvi su bili u mladosti.

*

78% ljudskog mozga čini voda !

*

Ljudi hoće da imaju božanstva i to izvire iz njihove prirode.

Članovi političkih partija se često ponašaju prema svojim liderima kao onaj vajar iz antičke Grčke, koji je, pošto je izvajao Jupitera gromovnika, u znak obožavanja pao ničice pred djelom vlastitih ruku !

*

Ako uzmemos jedan osušen **lovorov list** i zapalimo ga u pepeljari, dobićemo mirisni dim koji ima fantastično dejstvo protiv umora i stresa.

*

Kako da popijete mnogo piva a ostanete trijezni ?

Primjenite recept Džim Koha, jednog od osnivača firme „Boston Beer“:

Prije svakog piva uzmite kašičicu aktivnog kvasca i pomiješajte sa jogurtom, prijatnije je za popiti.

Objašnjenje: aktivni kvasac sadrži enzim alkohol-dehidrogenazu, koja još u želucu i prije nego što alkohol putem krvi stigne do mozga, razbija molekule alkohola na osnovne sastojke: ugljenik, vodonik i kiseonik.

*

Kralja Aleksandra Karađorđevića je 9.oktobra 1934.godine u Marselju ubio bugarski terorista Vlado Georgiev Černozemski, alias Veličko Dimitrov Kerin, alias Vlado Šofer, plaćeni ubica i terorista VMRO-a.

*

Biraj sine: Maturu ili armaturu !

(Mića Živojinović)

*

I nedovoljna fizička aktivnost je proglašena zdravstvenim riziku faktorom, uz već poznate, art.hipertenziju i gojaznost.

Preporuka je da se svakodnevno napravi 10 - 14000 koraka.

Nedostatak kretanja (hipokinezija) je najraširenija bolest savremenog svijeta, a posebno su ugroženi mladi.

*

**Još nismo sigurni šta je to zdrava hrana, pa kombinujemo
zobene pahuljice i barene svinjske kolenice.**

(Ranko Guzina)

*

Antifašizam je nastao kao vrijednosni stav u odbrani osnovnih ljudskih prava, slobode i jednakosti, i kao aktivni pokret suprotstavlja se nacifašizmu.

Nacifašizam je građen na netoleranciji i mržnji prema stigmatiziranim grupama, na veličanju nasilja i militarizma, na kultu vođe, nacije i na dubokom preziru prema demokratiji.

(Drago Pilsel, novinar i kršćanski teolog)

*

Žene koje vole konzervisano povrće unose do 30 gr soli (NaCl) i imaju 2 - 5 seksualnih odnosa nedjeljno. Za razliku od njih, žene koje unose male količine soli imaju 2 - 5 seksualnih odnosa mjesečno.

Dokazano je da NaCl stimuliše proizvodnju testosterona, hormona odgovornog za povećanje libida.

Osobe sa povišenim krvnim pritiskom ne bi trebalo da posežu za slanikom !

*

Lenjin se jedno jutro pogledao u ogledalo i rekao: „I ti si mi sumnjiv !“

*

**Došlo je vreme drugorazrednih ljudi.
EU je izglasala da njena osnova nije hrišćanstvo !**

(Milovan Danojlić, akademik)

*

Jedna internet anketa je pokazala da je srijeda najaktivniji dan za preljubu,
naročito u vremenu od 17-19 časova.

*

**Četrdeset mi je godina, ružno doba: čovek je još mlad da bi imao želja, a
već star da ih ostvaruje.**

(Meša Selimović, književnik)

*

Osobe koje imaju neki **hobi** kreativno ispunjavaju periode dana bez obaveza,
praktičnije su, više fokusirane na posao, samopouzdanije su, opuštenije i
spremniye da pomognu kolegama, za razliku od ljudi bez hobija.

Najdjelotvorniji hobiji su: sviranje, fotografija, umjetničko slikanje i – kuvanje.

(Prof. Dr Kerin Ekleman, Univ.San Francisko)

*

HODANJE podstiče kreativno razmišljanje i može da ponudi više rješenja za određeni
problem, dok je sjedenje efikasnije u rješavanju problema koji imaju samo jednu opciju.

*

Tri kašike oprane pšenice namočiti sa nekuvanom vodom u staklenoj posudi i
ostaviti na sobnoj temperaturi tokom noći najmanje 12 časova.
Ujutru pšenicu isprati svježom vodom i ostaviti je na suvom.
Postupak ponavljati svaki dan dok pšenične klice ne narastu od 1-3 mm.
Poslije toga mogu se kao „vitaminsko-mineralna bomba“
konzumirati sa voćem ili u salati.

*

Prijateljstvo je dokaz da postoji nešto jače od ideologije, vjere i nacije.

(Milan Kundera, pisac)

*

Autoritarne ličnosti ne dozvoljavaju da im se iko previše približi i zato u jakim političkim partijama niko nije spremjan da preko noći zamijeni vođu.

Milovan Đilas, nekadašnji komunistički funkcioner a potom disident i robijaš,
dobio je otkaz zbog „približavanja vođi“.

Kada je svojevremeno otišao u posjetu majci, ona mu je rekla:
„Ne valja, sine, dobio si veći aplauz od Broza.“

*

Parče hljeba teško 21 gr držaće vas sitim pola sata.

*

PINEALNA ŽLIJEZDA dobija energiju od svjetlosti primljene preko naših očiju i odgovorna je za našu intuiciju, kreativnost, bolju koncentraciju, mentalni potencijal, unutrašnji mir i sreću (serotonin !).

Hormon serotonin reguliše osjećaj gladi, temperaturu tijela, rad mišića, apetit i raspoloženje. Izlučuje se djelovanjem sunca na naše oči, a noću se pretvara u melatonin, hormon odgovoran sa ritam spavanja, regeneraciju organizma, vitalnost i mladolikost.

*

10 gr alkohola se nalazi u 30 ml žestokog pića ili 100 ml vina ili 250 ml piva.

Zdrava jetra je u stanju da za 24 h izmetaboliše 160-180 mg alkohola. Kada prerađuje akohol tokom pijanke, žurke, slavlja, jetra ne ispušta glukozu u krvotok, što izaziva hipoglikemiju, ošamućenost i glavobolju.

Terapija mamurluka poslije lumperajke je BANANA, koja će postepeno podići vrijednost šećera u krvi, za razliku od npr. keksa ili čokolade, koji će prvo izazvati skok insulina, a potom i ponovni pad šećera u krvi i tako produžiti (ne)ugodno stanje zvano mamurluk.

*

Najeo sam se aditiva. Malo za promenu, dosadili mi herbicidi.

(Ranko Guzina)

*

Kada bismo izvukli religijski ćilim ispod nogu,
popadale bi i bošnjačka i hrvatska i crnogorska nacija.
Ko ne razumije religiju ne može razumjeti ni politiku.

(Emir Kusturica, režiser)

*

Čitava Zapadna Evropa je u ozbiljnoj opasnosti da se verski rat preseli na njene ulice.
Demonstracije u pariskim predgrađima od pre nekoliko godina bile su prevashodno
verskog karaktera. Socijalni problemi su bili samo varnica.

(Prof. Dr Miroslav Jeftić, politikolog religije)

*

Iskustvo je jedina stvar koju možete dobiti besplatno.

(Oskar Vajld)

*

Ljudi su gusto posijani, ali su rijetko nikli, pogotovo u politici.

(Narodna)

*

Ne podnosim dve vrste političara: bivše i sadašnje.

(Slavomir Vasić)

*

Lakše je razumnom da poludi nego budali da se opameti.

(Miljenko Žuborski)

*

Istorija se ponavlja najčešće tamo gdje je falsifikovana.

(Milan R.Simić)

*

Misterije više nema; Titov sanduk je ponovo izvađen 8.maja 1980.godine u 16,30 h,
da bi bio postavljen mermerni blok težak 12 tona i dimenzija 3,20 x 1,60 x 0,80 m.
Monolit je postavljen tokom noći, pošto je prethodno skinut krov Kuće cvijeća.

*

Jezikom možeš da sakriješ istinu, ali očima nikad.

(Mihail Bulgakov, pisac)

*

U liječenju bilo koje bolesti najbitniji su: stav, upornost i dosljednost.

Budite pozitivni i vaše misli će biti vaša stvarnost.

*

Lujza Hej: „Ti možeš izlječiti svoj život“ (film na Jutjubu)

*

**Životna snaga jednog čoveka, meri se pored ostalog,
i njegovom sposobnošću zaboravljanja.**

(Ivo Andrić)

*

Kada je u pitanju istina za koju se borimo, svaka žrtva je vrijedna.
Svi mi imamo ograničen broj dana na ovom svijetu i važno je da ih proživimo u
potpunosti u skladu sa svojim principima. Ako budemo živjeli na bilo koji drugi
način, bilo bi to uzaludno rasipanje našeg vremena i našeg bića.

(Džulijan Asanž)

*

Na izborima svako pokaže svoje: političari koliko su pametni, narod koliko je glup.

(Ninus Nestorović)

*

POSTOJANJE LAŽI DOPRINOS JE ISTINI.

(M.Žuborski)

*

**Naši se problemi kreću u rasponu od borbe za golo preživljavanje
do borbe protiv celulita.**

(Ranko Guzina)

*

R na preporučenoj pošiljci znači REKOMANDIRANO (preporučeno).

*

Mudrost nije u tome da znamo šta hoćemo,
već u spoznaji da znamo šta nam je sve nepotrebno.

*

Poremećaj **ADHD** (Attention deficit hyperactivity disorder), poznat kao hiperaktivnost kod djece, u SAD se dijagnostikuje kod 9% školske djece i smatra se biološkim poremećajem čiji uzrok leži u moždanim strukturama, pa se samim tim djeci prepisuju i određeni lijekovi !

U Francuskoj se smatra da je ADHD medicinsko stanje čiji uzroci leže u psihosocijalnim okolnostima i ovaj poremećaj ponašanja se ne tretira lijekovima već psihoterapijom i porodičnim savjetovanjem. Sreće se tek kod manje od 5% djece.

Ono što Amerikanci smatraju ADHD poremećajem, Francuzi podvode pod najprirodniji dječiji nestašluk, a svoje mališane vaspitavaju od najranijih dana tako da su mirniji, strpljiviji, fokusiraniji i da se u svom okruženju osjećaju sigurno i zaštićeno.

(Kurir)

*

Izgradnja katedrale SAGRADA FAMILIA u Barseloni, po projektu arhitekte Antoni Gaudija, započeta je 1882.godine i očekuje se da će biti završena 2026.godine.

*

Barselona je dobila ime po kartaginskom vojskovodji HAMILKARU BARSI, ocu čuvenog Hanibala.

*

Kada nas vole, žene nam oprštaju sve, čak i naše zločine, a kad nas ne ljube, ne oprštaju nam ništa. Čak ni naše vrline.

(Onore de Balzak)

*

VEGETARIJANSTVO nije toliko zdravo kao što se misli.

Naime, zapaženo je da vegetrijanci češće oboljevaju od alergija, mentalnih bolesti, pa čak i od karcinoma i kardiovaskularnih oboljenja. Uz to, oni češće koriste razne suplemente i lijekove nego konzumenti mješovitog tipa ishrane. Doduše, vegetrijanci su više fizički aktivni, manje piju alkohol, manje puše, obično nisu gojazni, pa ipak...

(Medicinski fakultet Grac)

*

Ko ima dobru ženu,
ne može ga zadesiti nijedno zlo koje se ne bi moglo podnijeti.

(Španska)

*

„Kupovinu djetetove ljubavi“ vrše roditelji zbog osjećaja krivice, ako su napustili porodicu ili što im brak nije uspio.

*

TITO je po krvi, po ocu Franji, potomak loze Isusa Hrista, ali to su i naši
Nemanjići, Brankovići, Karađorđevići...

Svi oni pripadaju plemenu Venjamita, koje je svetlo riđe kose i sa plavim očima.

(Dejan Lučić, publicista)

*

Biser pitanje za M:tel operatera:

- Molim te, koji je broj telefona onog Mićana što pila drva, živi više crkve i ima tri brata ?

*

Kako pisati za decu?

Recept Duška Radovića glasi:

Pišite kratko, smešno i izmišljajte nemoguće stvari !

*

Poplave i druge elementarne kataklizme koje dovode do gubitka bližnjih, imovine i lične sigurnosti kod ljudi izazivaju psihotraumu, koju će 80% preživjelih prebroditi spontano, dok će 20% morati da potraži stručnu psihološku pomoć.

Psihotraumatsko iskustvo koje se događa kada mislimo da nam se tako nešto nikad neće dogoditi, prolazi kroz nekoliko faza:

Prva faza - ŠOK – Ljudi ne mogu da se orijentišu i da vjeruju šta ih je snašlo, uspaničeni su, uplašeni i reaguju somatski, povraćanjem, gubitkom apetita i sl.)

Druga faza nastupa nakon 48 sati do 7 dana od početka traume i predstavlja period osvjećivanja i burnih emotivnih reakcija (bijes, napadi plakanja, histerično smijanje, nesanica, suženo crno-bijelo mišljenje, osjećaj krivice, suicidalne primisli). Ovaj period traje 3-4 nedjelje.

Treća faza traje od 3 - 6 mjeseci od događaja i tada čovjek pokušava da zauzda život. Preživljeno prevladava i emotivno i saznajno. Ukoliko ova faza potraje duže od 6 mjeseci, biće potrebna stručna pomoć, jer je u pitanju klasični posttraumatski stresni poremećaj (PTSP).

Preporuke za psihotraumatizovane :

- da provode što više vremena sa ljudima koje vole
- da se drže stečene rutine u svakodnevnom životu
- da imitiraju normalan život organizaciono i planski
- da govore o tome kako se osjećaju i kako se nešto dogodilo
- da rade stvari koje ih opuštaju

Žrtve treba podsjećati da je život najveća vrijednost i da svako mora da pronađe novi smisao života, jer uvijek kada dotaknemo dno, potrebno je da se malo odgurnemo i ponovo ćemo biti na površini.

(Dr Aleksandra Bubera, psihoterapeut)

*

Odnekud verujem da je narod kao trava.

Istrpećemo, izdržati u prkos svemu što nem je donela i odnela poplava.

(Radovan Beli Marković, pisac)

*

Hrabar čovjek nije neko ko ne osjeća strah, već neko ko ga pobijedi.

(Nelson Mandela)

*

Kad primi penziju, penzioner prvo ode u apoteku.

Red je da i on nešto popije...

(Milan Todorov)

*

Reč **ELITA** (lat.elitare, fran.elitte) odnosi se na povlašćenu društvenu grupu koja je nekada imala veliku političku moć i uticaj, da bi joj krajem XIX.veka italijanski sociolog i filozof Vilfredo Pareto dao savremenu formulaciju.

Danas se elitom smatraju prosvećeni i moralno nesporni pojedinci i grupe koje nesebično brinu o opštem dobru i prosperitetu zajednice. Bez obzira da li se radi o intelektualnoj, ekonomskoj, kulturnoj ili političkoj eliti, neophodno je da ona poseduje – osvedočenu profesionalnu stručnost, vizionarstvo, posvećenost, humanost, empatiju, društvenu odgovornost, ličnu pristojnost, nerazmetljivost, čast, poštenje. Ispuniti tu „olimpijsku normu“ u našim prilikama čini se gotovo nemogućom misijom, jer mi volimo bez stida zvezde tabloida.

(Press)

*

Uključite mozak. To je najbolja civilna zaštita.

(Bojan Ljubenović)

*

- Sine, zašto se ti u poslednje vreme ne družiš sa Acom ?
- Pa, jel' bi se ti družio sa nekim ko piće, puši i drogira se ?
- Naravno da ne bih !
- Pa eto vidiš, neće ni Aca.

*

**Lanac kriminala je presečen.
Jedna polovina je u zatvoru, druga je na vlasti.**

(Vesna Denčić)

*

Ja nisam pisac da tumačim partijsku rezoluciju, ja sam pisac da tumačim revoluciju.
Neka vreme sudi i meni i vama.

Ja će biti srećan čovek ako se pokaže da sam ja na ovom Plenumu govorio istinu.

(Dobrica Čosić, pisac, Plenum CK SK Srbije 30.V.1968.g.)

*

Kao pravi Crnogorac nastojim da radim što manje i
trenutno sam se proglašio „misliocem na biciklu“.
Blagosiljam internet jer mi dopušta da svugdje stignem, a
da ne moram nigdje da idem.

(Prof. Dr Momir, Bulatović)

*

Boje koje se nalaze jedna nasuprot druge u spektru boja smatraju se komplementarnim bojama: crvena i zelena, žuta i ljubičasta, plava i narandžasta.
Uparivanje odjevnih predmeta u komplementarnim bojama izaziva – komplimente !

*

Transplantacija i doniranje organa, uključujući i srce, protivno je Božijim zakonima. Po mom dugogodišnjem iskustvu kao duhovnik koji se mnogo puta suočavao sa sličnim stvarima, to je izazivalo loše duhovne posledice.

(Otc Joil, Manastir Ćirilovac, Kolašin)

*

**Uz sve muke koje zdravstvo ima – još i
bolesnici navalili da se leče k'o nezdravi.**

(Zoran Stanojević)

*

Ovo je ogroman uspeh za sve koji veruju u budućnost, mir, ljubav, toleranciju i prihvatanje - rekao/la je pobednik/ca Evrosonga 2014 KONČITA VURST.

Polako, ali sigurno, Evrosong se pretvara u Evroprajd.

(Miladin Mihajlović)

*

I kad primaš medalju, moraš se sagnuti.

(Mile Lazarević)

*

Danas na početku 21.veka imamo potpun slom boljševičkog socijalizma i potpun slom klasične demokratije, socijalne države i liberalnog tržišta.

Sve više uviđam da je moj opozicioni program poražen.

Ja sam poražen opozicionar. Čitav život sam utrošio u borbi za demokratiju i doživeo neuspeh, doživeo poraz.

Doživeo sam da poredak koji je smenio titovizam, za koji sam verovao da je najgori poredak na svetu, bude poredak koji je gori od titovizma.

On je doneo nešto više političkih sloboda, međutim doneo je jednu partokratsku državu, doneo je jedno pljačkaško društvo, korupciju, lopovluk i uništavanje narodne imovine.

(Dobrica Ćosić, pisac)

*

Savjeti i preporuke VIKITRAVEL-a turistima koji žele da posjete Srbiju:

- Srbi su veoma prijateljski narod, ljubazni i gostoljubivi.
- Kada ste pozvani u srpsku kuću, ponesite neki poklon (cvijeće u neparnom broju, čokoladu, alkoholno piće i sl.)
- Sigurno ćete biti ponuđeni hranom i pićem. Nazdravljajte sa „Živeli!“ i gledajte domaćina u oči.
- Srpska rakija sadrži 55% alkohola. Trudite se da ostanete trijezni !
- Izbjegavajte razgovore o ratovima 90-tih, NATO bombardovanju i nezavisnosti Kosova !
- Čuvajte se nepristojnih vozača, džeparoša i mina van gradova.
- Iako organizovani kriminal postoji, turisti nisu meta.
- Komunicirajte sa mlađim osobama jer su otvoreni i govore engleski.
- Srbija je pretežno hrišćanska pravoslavna zemlja sa bogatom istorijom i kuhinjom.

*

NEPRISTOJNO JE BITI SREĆAN KAD JE OKO NAS TOLIKO NESREĆNIH.

(Zoran Milivojević, psiholog)

*

Jesam se uplašila kada je baka Radojka pokazala kroz prozor veliku vodu.
Dolazila je sa svih strana. To je bilo kao more. Djed je rekao: - Počinje smak svijeta !
Nigdje se više nisu vidjeli automobili, ni ceste nije bilo. Sve je nestalo pod vodom.
Postlige su ljudi putovali čamcima, a ja sam razmišljala kako bi bilo lijepo
da djed i mene provoza po gradu.
Naslikala sam grad u vodi.
Sve je plavo, samo neke crne tačke, i ništa više.

(Anja Lujić, 9 god., Šamac)

*

On meni nema Bosne, a ona mi do trećeg sprata došla !

(Nermin Tulić)

*

Tokom više istraživanja nedvojbeno je dokazana vrijednost paradajza u prevenciji karcinoma pluća, želuca i bubrega.
Međutim, česta zastupljenost paradajza u jelovniku može zbog sadržaja terpena da prouzrokuje neprijatan miris tijela, posebno ispod pazuha, bez obzira na redovnu ličnu higijenu.

(Dr Čarls Stjuart, London)

*

Najnovije istraživanje Stenford univerziteta pokazuje da, iako ljekari svojim pacijentima oboljelim od raka savjetuju hemoterapiju, najčešće bi je sami odbili ukoliko bi se našli u ulozi bolesnika, jer su svjesni da je takvo agresivno liječenje veći teret za organizam od same bolesti.

Uz to, čak 88% ljekara izabralo bi da ih ne drže na aparatima za vještačko održavanje života, niti da ih reanimiraju u slučaju srčanog zastoja.

„Prihvatala bih takvo liječenja samo kada bi mi se poboljšao kvalitet, a ne kvantitet dana koji su mi preostali.“ – kaže dr Kejt Grejndžer.

*

Ako novine objave da uzimate drogu, ne brinite. Niste postali narkoman, nego javna ličnost.

(Slobodan Simić)

*

Ako budu smanjene penzije, smanjiće se i broj penzionera.
(Aleksandar Ćotrić)

*

Od ministarske plate čovek danas ne može pošteno da živi.
(Dejan Tofčević)

*

**Kažete da ste pošten čovek.
A idete li na neku terapiju ?**

(Bojan Ljubenović)

*

Kralj Srbije **Petar I Karađorđević** (11.7.1884 -16.8.1921.) „čika Pera“ bio je vrlo jednostavan i skroman čovjek. Sebe je smatrao slugom naroda.

Za svoje krunisanje naredio je da mu se kruna izradi od bronze prvog Karađorđevog topa i bez ukrasnog dragog kamenja.

Na dvoru je ukinuo specijalitete stranih kuhinja, a odijela za porodicu i dvorjane šila su se isključivo od srpskih štofova.

Kada mu je sin Aleksandar preko rođaka Nikolajevića zatražio apanažu od 2000.- dinara, rekao je:

„Ne dam! Molim te lepo, na šta on troši toliki novac kad ništa ne plaća?
Ovde, u dvoru, ima sve.“

A na proslavi punoljetstva sina Đorđa, poručio je:
„Bez ljubavi narodne, slabi su prestoli zemaljski.“

*

Kada se neko žali da ne može da se koncentriše i uči i da mu je pažnja rasuta na mobtel, društvene mreže, internet i sl. sveštenik će ga posavjetovati da – posti !

Post se odvija na fizičkom planu, a u stvari je psihofizički fenomen koji je ljekovit i za tijelo i za dušu. Kroz post se jača volja, a ako se volja jača na jednom polju, biće jača i na svakom drugom.

Smisao posta je da se održava kontakt sa Bogom, poštujući njegovu volju i pokazujući ljubav bez straha prema toj zapovijesti.

Sedmice kada se ne poste srijeda i petak su:

- Svjetla sedmica nakon Vaskrsa
- Sedmica nakon Pedesetice
- Prva i četvrta pred Veliki post
- 12 dana između Božića i Bogojavljenja

(Protoporej stavrofor Dr Vladimir Vukašinović)

*

I humoristi moraju umreti jer smrt ne zna za šalu.

(Boris Kuralt)

*

Ne znam zašto mi Balkanci stalno imamo neke komplekse od tih Zapadnjaka ?
Oni su ljudi isto kao i mi i bave se mutljinama na čak mnogo pokvareniji način.

Ja sam bio pametniji u mutljinama, ali oni imaju više para.

Od mene je samo Tito bio veći prevarant.

(„Kralj namještajki“ Velibor Džarovski Džaro, menadžer iz Skoplja)

*

Papa Franjo je najavio da se više neće voziti u specijalnom automobilu otpornom na metke („papamobil“), jer se u njemu osjeća „kao u konzervi za sardine“.

„Svjestan sam da svašta može da mi se desi, ali u mojim godinama
čovjek nema šta da izgubi. Ja sam u rukama Gospoda.“

(Eurobllic)

*

Ko se oslanja na druge lakše stoji. Ali i lakše padne.

(Rudi Kerševan)

*

Mudrost se ne hvata na lepak blagostanja.

(Miljenko Žuborski)

*

- **MUZIKA** blagotvorno djeluje na motoriku tijela i pamćenje i usporava proces starenja.
- Osobe koje sviraju neki muzički instrument bolje primjećuju greške i brže ih ispravljaju.
- Kod muzičara je povećan dio mozga odgovoran za pamćenje (hipokampus) koji stvara nove neurone tokom cijelog života.

(Univerzitet Liverpool)

*

Izgleda da je dugo živjeti prilično nezdravo.
Što duže živiš, sve si teže bolestan.

*

Onog trenutka kad spontano izgovorite „**Ovi mladi...**“ smatrajte da je počeo vaš proces starenja. Nekada je treće životno doba počinjalo sa 60.godina, a sada je to u razvijenijim društвima, prema definiciji Svjetske zdravstvene organizacije (WHO), 75.godina.

Provjerite svoj status:

- Da li možete bez problema da se popnete uz 10 stepenika ili donesete 5 litara vode od prodavnice do svoga stana?
- Znate li ko je predsjednik države u kojoj živate?
- Pamtite li značajne datume?
- Da li možete da nacrtate sat?

Da bismo bili u dobroj kondiciji potrebno je da smo čitavog života u fizičkom i mentalnom treningu. Tako ćemo izbjеći fizički invaliditet i mentalni deficit, u smislu očuvanja kognitivnih sposobnosti (koncentracija i pamćenje) i demenciju – kugu 21.vijeka.

Na svježinu duha utiču tzv. „4 D“ :

- debljina
- depresija
- dijabetes
- demencija

Prevencija:

- optimizam
- svakodnevna komunikacija sa različitim ljudima
- kontinuirana mentalna aktivnost i radoznalost duha (čitanje, mozgalice, šah, karte, muzika, hobi)
- dobri porodični odnosi
- duboka i iskrena vjera

Da li će neko biti mentalno i fizički dobro očuvan zavisi od genetike i odnosa pojedinca prema samom sebi.

(Život plus)

*

Kad si star, imaš bar jedno zadovoljstvo – nećeš umrijeti mlad !
(Zdravko Kaltnekar)

*

Kad neko rano postane otac, on više ni sa viršle ne skida najlon.
(Radio Beograd 202)

*

Drugim riječima, fudbal mi je jebo mater. Zbog njega sam brže ostario.
Kad bih iz glave izbacio sva imena fudbalera, u njoj bio ostalo mesta
za dva fakulteta!

(Dr Nele Karajlić)

*

**Jednom sam na radiju izjavio da kada govorimo o njegovanju djece,
jedna baka vrijedi koliko dva pedijatra.
Ubrzo sam dobio poziv od mog šefa odjeljenja koji mi je rekao da
ima namjeru da me zamijeni sa dvije bake.**

(Dr Robert Mendelson, pedijatar)

*

TERORIZAM, prema dokumentu OUN, za metu ima civile.
U momentu kad gine, Franc Ferdinand je u generalskoj uniformi i u Sarajevo je došao na
vojne manevre kao glavni inspektor austrijske vojske.

(Srđan Koljević, reditelj)

*

Istraživanja su pokazala da postoji oko **3000 riječi** koje se odnose na emocije, a
da je među njima dvostruko više onih koje opisuju negativna osjećanja.

Za svakog od nas postoji riječ koja je podstrekči loših stanja i raspoloženja.
Npr. ljubav, odmor, sunce prizivaju lijepa osjećanja, dok ubistvo, poplava, bolest
uznemiravaju.

Preporučuje se da riječima koje su za nas stresne damo novi oblik, boju, ton i
prizvuk, tj. da ne mijenjamo svijet oko sebe,
već da mijenjamo način na koji ga doživljavamo.

Ovom metodom (**Magic words**) otklanjaćemo blokade i neprijatne emocije.

*

Pitate me ima li mesta optimizmu. Ima, ali samo u ovom slučaju;
kada je dvadesetrogodišnji Mile došao u subotnje prijepodne da obrije svog
devedesetpetogodišnjeg pradjeda Miluna, ovaj u po brijanja pogleda praunuka i reče:
„Mile, ko će mene brijati kada ti umreš?“
Ja ništa optimističnije u životu od ovoga nisam čuo !

(Boro Kapetanović, književnik)

*

Dete treba da posmatraš, ali mu nemoj na put stati,
što ga pre čovekom smatraš, pre će čovek i postati.

(Ljubivoje Ršumović, pesnik)

*

BIKINI i poruke :

- Tufnasti – klasična seksi ženskica koja tačno zna šta želi.
- Cvjetni dezen – tiha i stidljiva osoba koja se „skriva“ iza cvjetića.
- Različiti dezeni gornjeg i donjeg dijela kostima – želja da se bude primjećen.

*

**I naučno je dokazano: što više fotografišete, manje ćete imati uspomena.
Dakle, možete imati ili albume prepune fotografija ili trajnijih lijepih sjećanja,
izaberite sami.**

(Dr Linda Henkel, Univ.Konektikat)

*

Nema većeg profita od zemljoradnje.
Četrdeset kilograma kukuruza posiješ na četiri hektara zemlje i
dobiješ četrdeset tona kukuruza.

(Prof.Dr Miladin Ševerlić)

*

LJUDI SU PRILIČNO UPLAŠENI.
JEDNI SE BOJE DA ĆE UMRIJETI OD DEBLJINE, A DRUGI OD GLADI.

(Boro Kapetanović, pisac)

*

Mladost prezire posljedice. U tome je njena snaga.

(Kineska)

*

Ako napišeš istinu i ona nekog pogodi taj će biti ljut, ali neće biti problema.
Ako napišeš neistinu, onda će neko biti mnogo ljut i tada će biti puno problema.

(Predrag Jeremić, novinar)

*

Narodu nije do zabave, čak i one sirotinjske.
Vidi se to po natalitetu.

(Ranko Guzina)

*

ČESTER NEZ (1921-2014), Navaho Indijanac, bio je jedan od 29 marinskih šifranata koji su doprinijeli da Amerika pobijedi na Pacifiku u ljeto 1945.godine.

Šifranti su komunikaciju između raznih nivoa komandovanja američkom vojskom prevodili i prenosili na zabranjenom navaho jeziku.

Ove šifre nikada nisu bile provaljene !

*

Manipulacija je izvrtanje činjenica i redizajniranje stvarnosti da bi se dobilo ono što se želi. Obično se nauči još u djetinjstvu, jer je roditeljima tako lakše

Manipulacija je neiskrena i sa svakom laži manipulator o sebi stvara sliku falsifikata, jer original niko ne bi ni prihvatio.

Manipulacijom se dobija trenutno zadovoljstvo, ali uz obavezno saznanje da ono što je dobijeno nije iskreno i da je sve iznuđeno lažno.

Žrtve manipulatora su osobe sklone osjećaju krivice, nekritične i niskog samopoštovanja, spremne da učine sve samo da bi neutralisale ta neprijatna osjećanja krivice i manje vrijednosti..

Vrste strategija manipulatora su: vrijeđanje na ličnom nivou, provociranje, prijetnje odbacivanjem, ucjenjivanje, ismijavanje, ali i laskanje, ulagivanje, podilaženje.

Muškarci češće koriste agresivnije metode manipulacije, dok žene praktikuju suptilnije načine kao što su izgled, usluga, laskanje, ulagivanje i - izazivanje osjećaja krivice.

Napomene:

- Nikada ne treba dati nikome poseban tretman niti ga prihvati, posebno ne od manipulatora!
- Svako preuzimanje odgovornosti ili krivice za druge, posebno kada je nametnuto, znak je da radimo nešto što nije dobro za nas i što nije naš posao.
- Jedina stvarna odgovornost koju svako od nas nosi jeste ona koju imamo za sebe i svoje dijete, dok je malo.

(Život plus)

*

Vjeruj prijatelju kao samome sebi i izgubićeš obojicu.

(Cveto Gradišar)

*

Prostodušni ljudi teško mogu i da pomisle da ih neko bez ikakve veze i bez ikakvog cilja može zajebavati.

(Dr Nele Karajlić)

*

Istorija nas uči da nijedno novo pokoljenje nikad ništa nije naučilo iz istorijskih grešaka prethodnika, pa ih uvijek ponavljaju. Uvijek možemo da nađemo mnogo analogija sadašnjeg vremena sa prošlim. Ali, neće biti istih rješenja.

Na stara pitanja uvijek se daju novi odgovori.

(Dr Andrej Artizov, istoričar)

*

Nove garniture vlasti potiru i brišu sve što su prethodne učinile.

Bez ikakve selekcije.

Svi bi da pišu istoriju. Ubi nas isključivost.

(Ljubomir Bandović, glumac)

*

Pisac Fadejev je svojevremeno za Staljinovu epohu rekao:

„Postojao je kult, ali je postojala i ličnost.“

Poslije kratkog vremena se ubio.

*

KO JOŠ VERUJE U SLOBODU GOVORA BOLJE MU JE DA ĆUTI.

(Zoran T. Popović)

*

Dobar otac će vaspitavati sina:

- da bude otvorenog uma i širokih pogleda na svijet
- da u svojim namjerama bude jak
- da bude disciplinovan i da nikada ne odustaje
- da sve stiče radom i svojim sposobnostima,
- da ne očekuje uvijek najgore od ljudi i da svako koga upozna zaslužuje „čist početak“ i start bez predrasuda
- da uvijek gleda ljudi u oči
- da se rukuje čvrstim stiskom
- da poštuje žene
- i da zna, ako skuva ručak ili ispegla sebi košulju neće biti manje muško

*

Možda se saveznici ne sećaju, ali mi smo braća po oružju.

(Ranko Guzina)

*

Mirna i povučena djeca u osnovnoj školi („štareberi“) kasnije bolje prolaze u životu nego njihove „kul“ kolege.

Naime, 13-godišnjaci koji su rano počeli da izlaze u provod, pravili razne ludorije, ulazili u emotivne odnose rano, bili hvalisavi i bez mnogo truda omiljeni i popularni u društvu, imali su čak 40% veće šanse da u ranoj mladosti koriste alkohol i/ili droge i za 24% niži socijalni rejting.

Deset godina kasnije, oni rade niže plaćene poslove, imaju probleme u vezama i u odnosima sa drugim ljudima, moraju da se više trude oko stvari koje su im važne.

Pošto nisu strpljivi, često odustaju.

Međutim, mirna, povučena djeca koja su u osnovnoj školi imala dobre drugare i nisu previše privlačila pažnju okoline, kasnije u životu su prolazila odlično.

To je „osveta dobre djece“.

(Prof. Dr Džozef Alen, Univerzitet Virdžinija)

*

Preko noći postaje slavan samo onaj ko je danima neumorno radio.

(Henri Ford)

*

Daljinski – opasna sprava !?

Osobe koje pred televizorom provode svakodnevno po tri sata imaju više šansi da obole od kardiovaskularnih bolesti, dijabetesa, raka i duplo veći rizik od prerane smrti.

Takva veza nije zapažena kod ljudi koji više sati provode pred računarom ili za volanom.

(Dr Miguel Martinez-Gonzales, Univ.Navarra)

*

Večiti student je diplomirao i izdao sebe.

(Ranko Guzina)

*

Čovjeku je teže da primi savjet nego poklon.

(Žorž Sanad)

*

Muškarci na pragu četrdesete godine života prestaju da budu privlačni mlađim ženama i one ih više ne posmatraju na seksualan način.

Razlozi za to su: pojava sijedih vlasi, čelavost, loši zubi i – podbradak.

(Dejli mejl)

*

Zbog **veće učestalosti razvoda**, jedna starija gospođa kaže:

- U naše vrijeme, kada bi se nešto pokvarilo mi smo to odmah popravljali, a vi danas, čim se nešto pokvari - odmah bacate.

*

**Savršenstvo je iluzija.
Ni Sunce nije savršeno; ima pjege!**

*

Ni mržnja, ni divljenje nisu pojmovi zapadnog svijeta.

Bilo bi mudrije da počnemo da tumačimo politički Zapad kao jednu prirodnu stihiju, kao orkan, cunami, poplavu ili najezdu skakavaca.

Taj svijet funkcioniše po zakonima tržišta i sasvim pragmatičnim interesima, po ogoljenoj logici proizvodnje i potrošnje.

I kao što silovita poplava pokušava da ukloni sve pred sobom, tako i Zapad pokušava da uništi Rusiju i njen uticaj u svijetu, a samim tim i njen uticaj među Srbima u svim srpskim zemljama.

(Dragoslav Bokan, reditelj)

*

SAN je most između svjesnog i nesvjesnog, poruka koju šaljemo sebi samima, ali i više od toga, uputstvo, upozorenje, sugestija, koju svake noći dobijamo od nesvjesnog dijela naše ličnosti. Snovi nam mogu da pomognu u rješavanju svakodnevnih problema.

To je kao da svake noći dobijate mejl od svog mudrog savjetnika. Snovi nam dodaju dijelove slagalice koje ne vidimo budnim očima. Pomažu nam da jasnije sagledamo stvarnost, ciljeve, put kojim idemo i da budemo srećniji, uspješniji i zadovoljniji.

(Maja Mandić-Marković, psiholog)

*

Prašinu treba dizati pre nego što se slegnu ramena.

(Bojan Bogdanović)

*

Muškarci u 50-tim godinama života koji provode najmanje 9 sati sedmično vozeći bicikl, imaju 5-6 puta veći rizik od pojave raka prostate.

(Univerzitet Koledž, London)

*

Oko 3% žena u Njemačkoj pati od ekstremne zavisnosti od seksa.

*

POLIGLOTE pokazuju znake demencije 4-5 godina kasnije, nego ljudi koji govore samo jedan jezik.

(Univerzitet Edinburg)

*

Djeca komunizma sklonija su varanju nego djeca kapitalizma !

Berlinski zid, podignut 1961.godine, stvorio je uslove za svojevrstan prirodni eksperiment za proučavanje uticaja različitih sociopolitičkih sistema – kapitalizma i socijalizma – na moralno ponašanje ljudi.

Stariji građani iz Istočne Njemačke pokazali su se kao skloniji varanju u odnosu na sunarodnike iz Zapadne Njemačke.

Naime, socijalistički sistem nije nagrađivao ljude na temelju zasluga, otežavao je akumulaciju bogatstva kao i njegov prenos na potomke, što je dovodilo do gubitka smisla stvaranja dobara, demoralizacije i nepridržavanja pravila poštenog ponašanja.

Pošto država nije obezbjeđivala građanima sigurnost, oni su „zaobilazili“ zakone i varali svoju državu. Više varalica stvara društvo u kojem je podmuklost nužan instrument samoodbrane, što znači da socijalistički politički sistem ima trajno erodirajući efekat na moral građana.

(Dr Den Erli, Univerzitet Djuk)

*

MRAVI u stanu !

Najlakše ćemo ih se riješiti prirodnim sredstvima i to tako što ćemo na mjesto odakle izviru premazati:

- eteričnim uljem (lavanda, eukaliptus, nana, cimet)
- posipanjem biberom, čilijem, cimetom, klinčićima, lovrom ili bijelim lukom
- povlačenjem linije kredom ili dječijim puderom
- korom od krastavca ili citrusa
- sirčetom, talogom od kafe, praškom za pecivo, kuhinjskom soli

*

Rov je grob iskopan samo do pola.

(Hasijer Agire)

*

Neka vjerovanja i naučna saznanja:

- Ako je stomak trudne žene postavljen visoko, rodiće se sin, a ako je spušten – djevojčica.
- Ako se obim grudi trudnice poveća za čak 8 cm rodiće se djevojčica, a ako je obim u prosjeku do 6 cm – sin.
- 75% žena u prvom tromjesečju trudnoće povraća da bi se tako fetus zaštitio od nezdrave vrste hrane, koja se trudnicama „baš jede“ !
- Majke koje su u trudnoći mnogo povraćale, rađaju djecu koja vole so !
- Muškarci koji su imali braću imaće i sinove, dok oni koji su imali više sestara imaće kćerke.
- Trudovi se najčešće javljaju od ponoći pa do 4,00 h ujutru, kada su žene najopuštenije i kada hormoni estradiol i oksitocin izazivaju kontrakcije materice.
- Prvi sat po rođenju dijete bi trebalo da proveđe s majkom da bi se s njom povezano i izgubilo strah od odvajanja i da se pod uticajem hormona oksitocina i prolaktina stimuliše stvaranje majčinog mlijeka.
- Djeca trudnica koje su voljele čokoladu, biće – mirnija (endorfin).
- Muško dijete nasljeđuje više gena od majke pa joj je i privrženije.
- Najbolja nagrada za majke je dječije nasmijano lice !
- Sve bebe imaju plave oči, ali se boja očiju poslije 1.rođendana mijenja i zavisi od nivoa melanina.
- 73% majki i 66% očeva u prva tri mjeseca djetetovog života smatra da je njihovo dijete iznad prosjeka, pa makar ono samo vrištalo po cijeli dan !

(Krstarica)

*

Nema boljeg ključa za otvaranje vrata od želje da se ona otvore.

(Hasijer Agire)

*

Svaka misao protkana ljubavlju je istina.
Sve ostalo je samo poziv za pomoć i izlečenje.

*

Kristofer Klark u knjizi „Mjesečari“ optužuje Srbe za Načrtanije Ilike Garašanina iz 1844.g. i Srebrenicu iz 1995.godine.

Jadnik, ne zna da na Univerzitetu u Oksfordu (Rukopisno odjeljenje Balliol Kolidža) postoji odgovor i da **Načrtanje o Velikoj Srbiji** nije napisao Garašanin, niti je ono bilo tajni plan. Prva verzija je objavljena na engleskom i francuskom jeziku u časopisu Forin ofisa „Portfolio“ avgusta 1843.godine.

Iza toga je stajao **pisac i diplomata Dejvid Urkvert**.

Cijeli svijet je tada polazio od učenja da je nacija zajednica jezika i da se srpski jezik prostire od Kopra kod Trsta do današnje granice Albanije kod Bara. Forin ofis je od toga mislio da napravi jednu državu pod tutorstvom Austrije, a protiv Rusije i njenih planova na Balkanu.

Umjesto jezika, na tlu bivše Jugoslavije, vlada princip da je nacija zajednica istog vjerovanja i posebne crkve.

(Akademik Milorad Ekmečić)

*

SEIĐI OZAVA (78), dirigent svjetskog glasa, nakon uspješno provedene terapije raka jednjaka, ponovo diriguje i objašnjava:

„**Ljudi misle da nisam daleko od smrti, ali ja ću se maksimalno uzdržavati od nje!**“

*

Čelavost je za većinu muškaraca noćna mora i izvor kompleksa niže vrijednosti. Međutim, istraživanja pokazuju da čelave ljudi okolina doživljava kao dominantne, jake, agresivne, kompetitivne osobe spremne da ne poštuju baš uvijek društvene norme. Mnogi muškarci, koji su toga svjesni, svoju čelavost koriste kao oružje u poslu (komandosi, tjelohranitelji, sportisti, agenti, kriminalci).

(Univerzitet Pensilvanija)

*

Duško Radović, autor kultne radio emisije „**Beograde, dobro jutro!**“, onima koji su ga nepravedno poslali u penziju a zatim pokušali da ponovo vrate na radio, pjesnik je rekao:
„**Jesam mali čovek za radio, ali se ne palim i ne gasim na dugme.**“

*

Slavili smo godišnjicu mature. Došli su i ponavljači, da odlikašima demonstriraju razliku između teorije i prakse.

(Ranko Guzina)

*

Iskustva privatnog detektiva za bračna nevjerstva:

- Žene ipak manje varaju svoje muževe.
- Razvedene žene i udovice su vrlo posesivne, svoje nove partnere ljubomorno čuvaju i često provjeravaju njihovu vjernost uz pomoć detektivskih agencija.
- Najljubomornije su žene u 50-tim godinama života, koje u novoj vezi možda mogu da pariraju po mladosti duha, ali ne i mladosti tijela.
- Najposesivnije su žene čiji su partneri mlađi desetak i više godina.
- Najljubomorniji muškarci su između 45. i 60.godine života.
- Najposesivniji su oženjeni muškarci, ali ne prema supruzi već prema ljubavnici ili sponzoruši.
- Žene imaju bolju intuiciju i kad posumnjaju da ih muž vara, u 99% slučajeva sumnja je opravdana!
- Muškarci koji sumnjaju u vjernost partnerke u 60% slučajeva su sumnjičavi – neopravdano.
- Penzioneri i penzionerke bi rado koristili usluge privatnih agencija radi kontrole vjernosti svojih supružnika, ali najčešće od toga odustaju. Ne odgovaraju im cijene takvih usluga, a nema ni popusta!
- Partneri koji traže pomoć detektivskih agencija za otkrivanje bračnog nevjerstva su već dugo u braku u kome nema iskrene komunikacije, niti prave bliskosti i povjerenja.

(Život plus)

*

**Kad vidim da mladi bračni par ide u bračno savjetovalište psihijatru,
mogu da predvidim sa tačnošću kladioničara konjskih trka,
da će sve da se završi – razvodom.**

(Dr Robert Mendelson)

*

Ljubav je kao diploma. Ako se ne zasluži, mora da se kupi.

(Radmilo Mićković)

*

Što ne boli to nije ljubav, što ne prolazi to nije sreća.

(Ivo Andrić)

*

Crna gramofonska ploča je neprevaziđena stvar !

Moji drugovi i ja smo pravili jedan eksperiment:
s jedne strane smo stavili gramofonsku ploču, a s druge CD,
sa identičnim snimkom istog orkestra.

Kad pustite crnu vinil ploču imate doživljaj i dinamiku, a
kad stavite CD imate sve ispeglano i stegnuto i nemate nikakav doživljaj.
Kao kad jedete povrće iz EU koje nema nikakav ukus.

(Vojkan Borisavljević, kompozitor)

*

U tinejdžerskim godinama, dvadesetim i najvećim dijelom tridesetim većina ljudi smatra
da je neuništiva. Stvari se mijenjaju tek od 36.godine života, kada ljudi postaju svjesni
svoje prolaznosti i počinju da usvajaju zdravije životne navike.

Motivacija za to su najčešće smrt člana porodice, upozorenje ljekara ili
kada vide da na fotografijama ne izgledaju baš najbolje.

**Šest od deset ljudi smatra da je „život suviše kratak“ i
svojim nezdravim navikama sve čine da im on bude još kraći !**

Samo četvoro od deset ljudi smatra da su dugoročne koristi po zdravlje važnije
od „življjenja za trenutak“.

(Euroblic)

*

Ubrzanje metabolizma i veću potrošnju kalorija najjednostavnije ćemo postići
ako u vodu koju pijemo ubacimo krišku limuna ili narezan krastavac ili –
jednu ljutu papričicu !

*

Gladni su ostali jer su pojeli ruku koja ih je hranila.

(Miljenko Žuborski)

*

Komšinica mi se razbolela od neizlečive bolesti.
Dobila je celulit !

(Zoran T.Popović)

*

ŠEĆER je razlog za najveću zdravstvenu krizu u istoriji svijeta.
Za svaku supstancu koja se zloupotrebljava – kokain, heroin, duvan - imamo pravnu i društvenu regulativu. Za šećer nemamo ništa, a trebalo bi !

Šećer je okidač za toksični lanac reakcija u tijelu koji proizvodi loše masti, hormone i druge metaboličke otpade, a koji mogu uticati sem na pojavu karijesa, još i na porast vrijednosti holesterola i triglicerida u krvi, intoleranciju na inzulin, nastanak art. hipertenzije, bolesti srca pa čak i - raka !

(Dr Robert Lustig, „Šećer-gorka istina o njemu“,SAD)

*

Čitanje e-knjiga (elektronskih) smanjuje razumijevanje pročitanog, jer čitaoci nisu u stanju da događaje iz pročitanih priča iznesu hronološkim redom, za razliku od čitalaca knjiga „sa papira“ koji daju tačniju verziju priče.

Fizička materijalnost knjige nesumnjivo utiče na bolje razumijevanje pročitanog. Moglo bi se uskoro desiti da se **proces čitanja sa razumijevanjem** kod mlađih čitalaca nikada u potpunosti ne razvije, a da kod starijih vremenom – atrofira.

(Prof.Dr An Mangan,SAD)

*

MUŠKA frizura i ZNAČENJE :

- **Dugokosi** – Ležerni, sa željom da nikad ne odrastu.
- **Farbani** – „Vječiti mladići“ koji odbijaju starost.
- **Ćelavi sa prikrivanjem ćele** – Strahuju od starosti.
- **Razbarušeni** – Provode puno vremena pred ogledalom.
- **Uredno očešljani** – Skloni da kontrolišu sve i svakoga
- **Ošišani na „keca“** – Odgovorni, disciplinovani i rigidni u stavovima.

*

Istina često ume da bude vrlo neprijatna, dok laž ima lepo lice.

Zato će vas pre optužiti za govor mržnje ako govorite istinu
nego ako lažete.

(Ranko Guzina)

*

Muškarci su gostoljubiviji od žena.

Kad go muškarac upadne u žensku svlačionicu one viču i tjeraju ga, a
kad je obrnuto, muškarci je mole da ostane !

*

- Ako želite da smršate jedite iz crvenih tanjira !
- Fizički rad obavljajte u zelenom ambijentu.
- Intelektualne poslove radite u plavom okruženju.

CRVENO se vezuje za zabranu,
ZELENO za opuštanje, a
PLAVO za spokoj i otvorenost.

(Britansko istraživanje)

*

Svako je zdrav ko se tako osjeća;
ima zdravih koji venu mučeni strahom od patnje.

(Herman Hese)

*

Istraživanja su pokazala da svaki treći čovjek ima psihičkih problema.

Pogledajte dobro oko sebe.

Ako je sa prvom dvojicom sve u redu, onda...jbg...

*

SMOKVA liječi „kurje oko“ i bradavice tako što se presječena stavi na bolno mjesto,
fiksira zavojem ili flasterom i ostavi preko noći.

Ujutru se stopalo opere u vrućoj vodi, a zatim „kurje oko“ ili bradavica uklone.

Nekada je potrebno terapiju provoditi tokom pet noći.

SMOKVA i sok od POMORANDŽE popravljaju niske vrijednosti željeza u krvi !
(Alternativa)

*

Dida me je naučio da hodam i volim ljudе,
otac me je naučio da im vjerujem, a
majka da njih dvojica nisu u pravu.

(Dr Nele Karajlić)

*

Tradicionalna priča o Kolumbovom otkriću Amerike je bajka!

Kineski moreplovci su prešli Tihи ocean još prije 40.000 godina.
DNK markeri dokazuju da su „američki“ Indijanci i drugi domoroci potomci
azijskih doseljenika. Osim toga, nađen je dokument iz XVIII.vijeka koji predstavlja
kopiju mape iz 1418.god. u koju je Novi svijet ucrtao
kineski admiral Zeng Hi - 100 godina prije Magelana !

(Givin Menzis, istoričar, London)

*

Samopomoć kod glavobolje:
mali prst stavite pod jezik i nakon par minuta glavobolja će nestati !

(Film)

*

Najveće količine piva se prodaju u Kini, ali Česi su najveće pivopije na svijetu;
svaki stanovnik Češke popije 159 litara godišnje, a Kine 36.

Ksenokliksofobija je strah od prazne krigle i od ove fobije
najčešće pate stanovnici anglosaksonskih zemalja.

*

U pravoslavlju Viša sila pomaže ljudima ako su sa njom u rezonanci,
ako nisu griješili. Moral je važan i u parapsihologiji.
Radi se o tome što u informacionom polju postoji barijera koja zna i razumije tvoju
motivaciju – zbog čega želiš da uđeš tamo.
Ako želiš da (u)činiš zlo – informaciono polje će te odbaciti.
Ako želiš da činiš dobro – proći ćeš i dobićeš pomoć.

(Dr Vitalij Leonidovič Pravdivcev, kibernetičar)

*

Bruce Lee, legenda kung-fua, piše svojoj budućoj supruzi Lindi Emeri :
Linda,
biti zadovoljan malim stvarima znači tražiti eleganciju više nego luksuz, i preciznije više nego
modu, biti dostojan, ne cijenjen, i biti bogat, a ne materijalno, učiti marljivo, misliti tiho, govoriti
nježno, djelovati iskreno, podnijeti sve veselo, raditi sve hrabro. Očekuj prilike, nikuda ne žuri.
Drugim riječima, pusti duhovno, spontano i nesvjesno, rasti kroz zajedničko.

Brus, 20.oktobra 1963.

*

Lažove ćete sretati tokom cijelog života.
Samo treba da razlikujete obične lažove od onih koje vrijedi voljeti.

*

Prevara se vraća svojoj kući.
(M.Žuborski)

*

Tretmani mamurluka - Dan poslige ☺

- Banana ili kivi (popravljaju diuretički efekat alkohola)
- Kiseli krastavčići (sadrže vitamine A i K, željezo, mangan.kalcijum i kalijum)
- Sok od paradajza (likopen antioksidans)
- Orašasti plodovi (usoljeni !)
- Rehidratacija (vodom)
- Partnerkino zvocanje
- I zrela odluka: „**Nikad više...**“

*

Dragi gledaoci, slikom smo u parlamentu, a tonom na stočnoj pijaci.

(Bojan Bogdanović)

*

Budala uvijek mora da se rastane sa svojim parama.
Sveta dužnost je uzeti pare budali i natjerati ga da se opameti.

(Anonimus)

*

Tito je bio i konkretan i apstraktan pojam. I duh i materija.
Ljudi su ga voljeli kao što vole sebe.
Kasnije su govorili da su ga mrzili kao što mrze bližnje.

(Dr Nele Karajlić)

*

Kad svi misle isto, onda niko ne misli dovoljno.

(Volter Lipman)

*

Mame, rađajte deci sestre, jer sestre postaju tetke, a tetke su najlepši, nezamenjivi dar svakom detinjstvu.

(Duško Radović)

*

Kad **TETKA** poljubi bebu u obraz da bi imala „rupicu smejalicu“ i bila „slatka i srećna“, tog trenutka rođena je i ljubav za sva vremena, posebna i blesava.

Roditeljska ljubav je prva i nezamenjiva, bake i deke su slepi do obožavanja unuka,
ali tetka voli i voljena je na sasvim drugačiji način.
Tetka sve razume, ništa joj nije teško, čuva sve tajne, nikada ne grdi,
uvek zna da uteši i stalno se smeje.

Mama i tata nisu uvek nežni i puni razumevanja jer teraju decu da uče,
sređuju sobu, jedu kelj i rano ležu u krevet.

Tetke svoje sestriće i bratiće na sve to strpljivo privole i „prevare“ na fin način.
Zadužene su za maženje, šale i glupiranje, a ne za pretnje i kazne.
Nesebično pružaju pomoć, kupuju igračke iz snova,
urade i domaće zadatke i nikada se ne ljute.
Uvek se hvale „svojim najlepšim i najpametnijim detetom“.

Sestrići i bratanci tatkama daju osećaj ispunjenosti i ostvarenosti,
pogotovo ako one nemaju svoju decu.

(Vesna Petrović, psiholog)

*

Uspeh je dobiti ono što želiš; sreća je želeti ono što imaš.

*

Preporuka roditeljima malog razmaženka:

Kada na javnom mjestu ili u prodavnici dijete ispolji bijes, s ciljem da dobije nešto što želi, najefikasnije je podići ga, osloniti njegova leđa o svoje grudi i jače stisnuti. (Djeca ne vole kada im se osujeti sloboda kretanja.)

Ako dijete, kada ga spustite, ponovo dobije napad bijesa, postupak ponovite uz obećavajuće riječi: - Stiskaću te dok god ne učutiš !

*

Nekada su ljudi davali krv za slobodu. Danas za slobodan dan.

(Stanislav Tomić)

*

Umisliti da si Bog, đavolska je stvar.

(Slobodan Dučić)

*

NEMA NIŠTA NESNOSNIJE OD BOGATE ŽENE !

(Narodna)

*

Teško je dokučiti oko čega se njih dvoje spore ?

Ona zvoca, a on gunda !

(Ranko Guzina)

*

Slava je lepa samo dok se čeka, dok vas ne podignu kao metu ili lansiraju kao glinenog goluba za lovce spremne da pucaju u sve što se kreće i leti.

Posle prve „slave“, dolaze i prve opomene udarcima sa svih strana.

U tom dočeku novog „umetnika“ prednjače ljudi koji ništa nisu stvorili od onoga što drugima savetuju da treba da urade.

(Dušan Kovačević, dramski pisac)

*

HUAN PEDRO BAIGORI VELAR (1891-1972), Argentinac baskijskog porijekla, tridesetih godina prošlog vijeka, bio je slavan i popularan kao „Čudotvorac iz Vilja Lura“ i „Kralj kiše“ i to zbog svog izuma – maštine za „pravljenje“ kiše.

Mašina je bila zasnovana na principu emisije elektromagnetnih talasa.

Godinama je obilazio sušne predjеле Argentine i svugdje je uspješno izazivao kišu. Pedesetih godina je pao u nemilost novog režima jer nije želio da otkrije suštinu rada svog pronalaska. Umro je u bijedi 1972.godine, a mašina je nestala i nikada se nije saznalo šta se s njom desilo.

(Treće oko)

*

**Da bi čovjek mogao mirno da živi, mora da se navikne na dvije stvari;
na loše vrijeme i na ljudsku nepravdu.**

(Diogen)

*

www.BaštaBalkana

*

Proverite da li ste zaista dobar čovek.
Pomozite onima koji vam ne mogu uzvratiti.

(Duško Radović)

