

VIŠE NISTE ISTI
prosvetljenje i povezanost

Takođe od junga puebla

ka sebi

Jung Pueblo

VIŠE NISTE ISTI

prosvetljenje i povezanost

STET

Naslov originala

clarity & connection

Yung Pueblo

Copyright © 2021 by Diego Perez Lacera

© Za srpsko izdanje STET DOO, Temerin 2025.

Prvo izdanje: oktobar 2025.

Izdavač

STET DOO

Temerin, Rakoci Ferenca 124

Telefon: 063552090

Imejl-adresa: info@stet.rs

www.stet.rs

Za izdavača

Dr Sara Kuburić

Glavna urednica

Dr Sara Kuburić

Urednica izdanja

Andrea Kuburić

Prevod

Danijela Despotović

Lektura

STET tim

Korektura

Jelena Jovanović

Ilustracija naslovne strane

Dr Sara Kuburić

Grafičko oblikovanje

Aleksandar Petrović

Štampa

ART PRINT MEDIA, Novi Sad

Tiraž 1000 primeraka

Sva prava su zadržana. Nije dopušteno reprodukovanje nijednog dela ove knjige na bilo koji način bez pisanog dopuštenja izdavača.

CIP zapis dostupan je u uzajamnom katalogu.

COBISS.SR-ID 176992777

ISBN 978-86-82980-08-7

SADRŽAJ

samosvest	9
oslobađanje	57
ljubav među nama	101
razvoj	157
novi život	197
o autoru	254

sva ljudska bića
su ujedinjena
rođenjem,
životom,
smrću i
svakom emocijom
između

najveći preokret u vašem životu događa se kada se okrenete *ka sebi*. zakoračite unutra i prihvatite sve što opažanjem pronađete; ljubav koju nosite osvetljava vašu samosvest; počinjete da uvidate na koji način je prošlost smeštena u vaš um i srce – strpljenje, iskrenost i opažanje pokreću proces isceljenja.

s vremenom, namerom i dobrim praksama isceljenja, prošlost gubi svoju moć nad vašim životom. vi nastavljate proces – zakoračavanja unutra, osećanja, razumevanja i otpuštanja. i onda počinjete da primećujete rezultate; više niste isti. um vam je otvoreniji i razvija novo, jasnije *prosvetljenje*. polako pristižete u svoj život i odnose spremni za dublju *povezanost*.

samosvest

iscelite se, ne žurite
pomozite ljudima, ali postavite granice
volite druge, ali im ne dozvolite da vas povrede
volite sebe, ali ne postanite egocentrični
ostanite informisani, ali ne opterećujte sebe
prihvatite promenu, ali ipak nastavite da težite
svojim ciljevima

kada se sledeći put uznemirite
jer ponovo upadate u zamku
starih obrazaca,
setite se da je samosvest o ponavljanju prošlosti
već znak napretka

samosvest dolazi pre
skoka napred
u vašoj ličnoj transformaciji

nije jednostavno

isceliti se

graditi nove navike

posmatrati realnost bez projekcije ili zablude

ovo je posao koji zahteva trud

ali ako istrajete

plodovi vašeg rada

imaće neizmerno pozitivan

uticaj na vaš život

zrelost
je spoznaja da
kada niste u dobrom raspoloženju
ne treba da verujete
načinu na koji vidite sebe

odbacite ideju
da je isceljenje zaboravljanje

suština je u tome da više
ne reagujete istim intenzitetom
na stare okidače

uspomene su još uvek tu,
ali više nemaju istu moć
nad vašim umom

proveo sam godine ne bivajući svestan
da sam bežao od samoga sebe,
uvek tražeći društvo ili zabavu
da ne bih morao da se suočim
s tamnim oblacima koji bukte u meni

svaki trenutak je predstavljao mogućnost za
odvraćanje pažnje;
prijateljstva su bila način za beg,
zadovoljstvo trenutno olakšanje od boli

nisam primetio da su moje veze bile površne
jer sam bio toliko udaljen od samoga sebe

nisam razumeo zašto je samoća bila tako
nepodnošljiva
i zašto „zabava” nije mogla trajno da umiri
uskomešane emocije

predugo nisam bio svestan
da je jedini način da se život poboljša,
moji odnosi s ljudima obogate
i moj um konačno oslobodi
bio da istražim i prigrlim
nepoznatu anksioznost koja je boravila u meni

možete da promenite mesto,
upoznate nove ljude,
a da i dalje imate stare probleme.

da biste zaista promenili svoj život,
morate se okrenuti ka sebi,
upoznati i zavoleti sebe
i isceliti traumatu i ukorenjeni način razmišljanja
svog uma.

na ovaj način dolazite do korena.
unutrašnje promene
imaju značajan spoljašnji uticaj.

uporno sam bivao skrhan
sopstvenim očekivanjima

jedva prisutan
razmišljajući, ali ne osećajući
govoreći, ali ne slušajući
komunicirajući, ali ne primećujući

osmehujući se da bi nastup duže trajao

moje srce se borilo sa zahvalnošću

nikada ne osećajući zadovoljstvo
uvek propuštajući ono što je ispred mene

jer moj um je uporno uskakao
u nove zamisli šta bih još mogao poželeti

sve to je učinilo da ono što mi je bilo dato
ne smatram onoliko posebnim kao ono što sam
zamišljao

(diskonektovan)

nakon traume
prebacio sam se na režim preživljavanja

nesvesno, zaštitio sam svoje biće obamrlošću

nezainteresovan za druge
nezainteresovan za unutrašnja previranja
nezainteresovan za prihvatanje događaja

nesvesno, upao sam u ciklus žudnje

žudnja za bezbednošću
žudnja za hranom
žudnja za životom bez bola

moje reakcije bile su velike i bučne
ono što nije bilo po mome
smatralo se potencijalnom pretnjom

usredsredio sam se na zaštitu
delikatnog osećaja sebe
imao sam malo snage da se stavim
u tuđu kožu

bilo je potrebno neprekidno osećanje
nezadovoljstva
i iscrpljenost bez osećaja
lakoće
da bih počeo da se izvlačim iz

ograđenog načina života
i konačno kažem „dosta”
konstantnom stanju odbrane

(pre osveščivanja)