

# NEJSILNĚJŠÍ MENTÁLNÍ ANTIDEPRESIVUM

JAK SE STÁT ZDROJEM A AKTIVNÍM  
**TVŮRCEM SVÉHO ŽIVOTA**

DRAGAN VUJOVIČ

# NEJSILNĚJŠÍ MENTÁLNÍ ANTIDEPRESIVUM



**je skryté**  
**v klíčovém životním rozhodnutí**





O autorovi .....	4
Kapitola první - „Já jsem zdrojem, nejsem čekatelem!“	5
Kapitola druhá – Mentální dárky .....	7
Doporučení na závěr .....	12
Pozvánka na seminář .....	14

Každý má ve svém okolí lidi, na kterých mu záleží více než na ostatních. Pokud jste ode mě obdrželi tuto knihu, patříte do této kategorie. A tuto knihu Vám upřímně, jménem Dragana Vujoviče, i jménem mým, věnuji.

- Václav Sušeň -



## Dragan Vujovič

mentální trenér a lektor osobního rozvoje

Kariéru lektora osobního rozvoje jsem začal v roce 1987 po dokončení Základního kurzu *Silvovy metody* v Londýně. Mezníkem v mém životě byl rok 1988, kdy jsem se stal ředitelem *Silva Method International* a zároveň supervizorem pro oblast střední a východní Evropy. Během **27 let praxe** v oblasti mentálního tréninku jsem vytvořil

**62 vzdělávacích programů, realizoval více než 500 seminářů a osobně školil a trénoval více než 45 000 lidí** ve střední a východní Evropě v oblasti osobního rozvoje, mentálního tréninku, ovládnání stresu, zvyšování osobní výkonnosti a technik pro větší využití mozku.

Mezi mé klienty patří nadnárodní i tuzemské společnosti, sportovní týmy a reprezentační výběry.





**Většina lidí žije svůj život, jako kdyby čekali na nějaké autobusové zastávce. Jako kdyby jen vyčkávali, kdy konečně přijde to, co jim pozmění život k lepšímu.**

Někdo čeká na úspěšný obchod, který z něj učiní milionáře.

Některá na prince, který jí konečně umožní prožít pravou lásku.

My všichni ve skrytu duše po něčem toužíme. Všichni máme něco, co opravdu moc chceme.

Věříme, že pokud se má něco v našem životě změnit k lepšímu, musí to být zapříčiněno nějakým vnějším faktorem. Často pak čekáme na tuto změnu a myslíme si:

*„Změna přijde zvenku a já se potom změním uvnitř.“*

**Tak to v životě nefunguje!**



**Vy můžete být tím, kdo bude hlavním zdrojem a hybatelem těchto změn. Nevěříte?**

I tato slova, která právě čtete, byla nejdříve myšlenkou uvnitř mé hlavy a až potom došlo k vyjádření textu navenek. Přesně v souladu s přírodními zákony, kdy je příčina vždy vevnitř a až potom se následek objeví navenek.

Podle klíčového životního rozhodnutí **„Já jsem zdrojem, nejsem čekatelem!“** měníme svůj vnitřní stav (v subjektivní dimenzi).

Tato změna se následně projeví v našem objektivním materiálním světě.

I tento e-book byl jenom nápadem v subjektivní dimenzi. V této chvíli představuje realitu v objektivní materiální dimenzi. Přesně podle klíčového životního rozhodnutí:

**„Já jsem zdrojem, nejsem čekatelem!“**



## **Jak se realizuje toto velice moudré a účinné rozhodnutí?**

Tím, že denně rozdáváte mentální dárky.

## **Co rozdáváte v rámci svých mentálních dáreků?**

První a nejdůležitější kategorie pro náplň mentální dáreků zní:

“Rozdávejte to, co vám v poslední době nejvíce chybělo. Nebo to, co si nejvíce přejete.”

*Příklady:*

- \* Jestliže Vás v poslední době dost trápily finance, **rozdávejte prosperitu.**
  
- \* Pokud jste v poslední době byli osamocení nebo bez partnera, **rozdávejte lásku a naplňující emocionálně-partnerské vztahy.**
  
- \* Pokud Vás nebo někoho z Vašich blízkých trápilo v poslední době zdraví, **posílejte mentální dárky perfektního zdraví.**



## **Jaká forma se používá při posílání mentálních dáreků?**

Mentální dárky se posílají myšlenkou (v duchu).

## **Jak může posílání mentálního dárku vypadat?**

Nejlépe to pochopíte na následujícím příkladu. Dejme tomu, že jste si zrovna vzpomněli na svého kolegu Honzu. A posíláte mu mentální dárek.

Tedy to, co Vám nejvíce v poslední době chybělo (dejme tomu, že Vám chyběly peníze).

*Doporučená forma mentálního dárku bude tedy vypadat následovně:*

„Posílám Ti, Honzo, prosperitu jako svůj upřímný dárek z celého srdce.“

**Formulace věty je velmi důležitá. Dárek vždy rozdáváme upřímně a nezištně („z celého srdce“).**

Jinak mentální dárek ztrácí vlastnosti dárku.





### **Jak často mám mentální dárky rozdávat?**

Doporučuji rozdávat pravidelně každý den minimálně 30 mentálních dáreků!

### **Mohu v rámci jednoho rozdávání poslat více dáreků (např. zdraví a prosperitu)?**

Pokud Vás v poslední době trápilo zdraví a souběžně řešení finančních problémů, můžete rozdávat tzv. „komplexní dárek“, který obsahuje více prvků.

*Ukázka mentálního daru pro příbuznou, na niž jste si právě vzpomněli:*

„Posílám Ti, Petro, jako svůj upřímný dárek z celého srdce perfektní zdraví a prosperitu.“



**Mohu poslat přes mentální dárky druhému to, co ona/on právě potřebuje? Můžete.**

**Tomu se říká tzv. „kombinovaný dárek“.**

Dejme tomu, že se Vaše dcera Julie připravuje na důležitou zkoušku. Ale chyběla jí doposud kvalitní organizace při procesu učení. Současně Vám v této době nejvíce chybí pozornost od Vašich nejbližších.

*Příklad mentálního dárku:*

„Posílám Ti, Julie, jako svůj upřímný dárek z celého srdce pozornost nejbližších a kvalitní organizaci při učení.“

*Poznámka:*

„Kombinované dárky“ můžeme snadno posílat blízkým osobám. Protože většinou dobře víme, co jim v poslední době schází a nebo co teď nejvíc potřebují.



## **Co konkrétně lidem přináší rozdávání mentálních dáreků?**

Vnitřní bohatství. Představte si, že vám v poslední době chyběly peníze. Už první den po rozdávání 30 mentálních dáreků si Vaše mysl řekne:

*„Když jsme už rozdali tolik prosperity, my musíme být prosperity plní!“*

Když vytváříte vědomí bohatství, stanete se vnitřně bohatými. Když udržujete „vědomí bohatství“, materializace Vašich přání je rychlá a s menším úsilím než doposud.

**Rozdáváním mentálních dáreků jste se ihned odblokovali a Vaše jednání probíhá ve stavu entuziasmu a pozitivního očekávání.**

Většina lidí, když jim něco chybí, si stěžuje na druhé, dělá ze sebe oběť, která s tím nic neudělá. Po velmi „chytré“ analýze si potvrzuje, že nevidí východisko. Tím pádem se dostávají do zablokovaného stavu „bezmoci“ a jsou bez nápadu, jak situaci vyřešit.

Rozdáváním mentálních dáreků nedovolujete, aby se zastavil tok životní energie. **To, co jste nezištně rozdali, se k Vám podle přírodních zákonů mnohonásobně vrací a protéká Vámi!**



Pronášejte **denně** toto klíčové životní rozhodnutí:

**„Já jsem zdrojem, nejsem čekatelem.“**

Osobně často používám rozsáhlejší formu:

**„Já, Dragan Vujovič, jsem nekonečným zdrojem všech forem životní energie a mohu je rozdávat, komu já chci, kolik já chci a kdykoli já chci.“**

**Rozdávejte** minimálně třicet mentálních dáreků denně.

Uvidíte, jak se použitím tohoto jednoduchého mentálního nástroje pozmění kvalita Vašeho života.



Mnozí absolventi mých kurzů mi opakovaně sdělují:

*„Děkuji Ti, Dragane, za mentální dárky. Tím jsem kvalitativně pozměnil svůj život. Jsem radostnější, snadno dostávám nápady, jak vyřešit konkrétní situaci.*

*Zvýšilo se mi sebevědomí a pozměnilo se mé pojetí sebe a mých možností. Život je skutečně krásný bez ohledu na fázi, kterou zrovna prožívám!“*

**Připojte se také k lidem, kteří mohou upřímně říci:**

**„Život je krásný!“**

# POZVÁNKA

## VZDĚLÁVACÍ PROGRAM

„V průběhu našeho bezplatného on-line programu se naučíte klíčová životní rozhodnutí a především Vás naučím mentální nástroje a techniky, které Vám umožní zkvalitnit Váš vlastní život.“

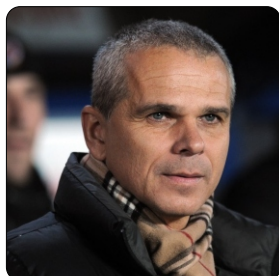
- Dragan Vujovič -



VÍTĚZNÁ MYSL

**VSTOUPIT**  
**DO BEZPLATNÉHO PROGRAMU**

Pokud jste se dosud nezapojili, můžete se přihlásit kliknutím na oranžové tlačítko.



## Vítězslav Lavička, 2x fotbalový trenér roku, 2x vítěz ligy ČR

„S Draganem Vujovičem jako mentálním trenérem jsme spolupracovali ve Slovanu Liberec a následně i v pražské Spartě a České fotbalové reprezentaci do 21let. Oceňuji na něm to, že má pozitivní přístup k životu, chce být čím dál lepší a dokáže v oblasti mentálního tréninku svým klientům skutečně pomoci.“



## Jan Mühlfeit Microsoft, Chairman Europe

„Dragan Vujovič je fantastický v tom co dělá a je tím, s kým se společně zapojujeme do projektu uvolnění lidského potenciálu v celém světě.“



## Naďa Konvalinková filmová a divadelní herečka

„Děkuji Draganovi a jeho týmu za mentální techniky, které mě naučili. Moc mi to pomáhá v životě i v mé profesi!“



## Karel Voříšek televizní moderátor, lektor a konzultant

„Věřím víc svému srdci než mozku. Ale Silvovka pod vedením Dragana Vujoviče mi otevřela další komnatu mého já. Naladila moje vědomí tak, aby srdci naslouchalo.“