

**Prof.dr Vaso Bojanić, redovni profesor, naučni savjetnik
Evropskog defendologija centra, Banja Luka**

NIKADA NE TREBA ODUSTATI

Možda je najizraženija osobina uspješnih ljudi njihova upornost i hrabrost. Oni jednostavno nikada ne odustaju. Ne uspiju li danas, pokušaće sutra. Ne uspiju li na jedan način, pokušaće na drugi. Uvijek postoji neko rješenje problema i ako ga budemo dovoljno dugo tražili, pronaći ćemo ga. Nikada ne treba odustati. Za odustajanje uvijek ima vremena. Uspješni ljudi ne razmišljaju o porazu. Kada su jednom postavili svoj cilj, drže ga se i idu naprijed. Tako, vremenom, postignu ciljeve o kojima su ranije samo sanjali. Uspješni ljudi naučili su da gledaju pozitivno i na sebe, i na druge ljude, i na životne okolnosti. Ne opterećuju se negativnim mislima i osjećajima, nego ih usmjeravaju pozitivnim tokom. U drugim ljudima traže pozitivne, a ne negativne osobine. Brzo zaboravljaju sve loše što im se dogodilo i usmjeravaju se na budućnost. Ljudi se u njihovom društvu osjećaju prijatno, a njihov optimizam i smijeh je “zarazan”. Naučnici tvrde da smijeh ima pozitivan uticaj na pamćenje, ali i raspoloženje ljudi. Kada im je najteže i kada su u krizi, pronaći će u tome nešto pozitivno i svoj put prema uspjehu. Mnogi ljudi se boje preuzeti bilo kakav rizik zbog straha od neuspjeha. Uspješni ljudi spremni su na rizik. Bez rizika mogu se postići samo male stvari.

Svaki čovjek osjeća strah pred nepoznatim. Ali, ako se ne suočimo sa strahom nećemo znati možemo li u nečemu uspjeti ili ne. Osim toga, često se bojimo opasnosti koje nisu realne i koje možemo bez problema savladati. Sreća ne zavisi od toga ko ste i šta imate, već prvenstveno od toga kako razmišljate. Zato, započnite dan razmišljajući o idejama zbog kojih bi trebalo da ste zahvalni životu. Vaša budućnost će zavisi od ideja o kojima danas razmišljate. Zato, razmišljajte o samopouzdanju, ljubavi i uspjehu. Postoje četiri načina pomoću kojih imamo kontakt sa svijetom. Na osnovu ta četiri kontakta procjenjuju nas i klasifikuju i to na osnovu onoga šta radimo, onako kako izgledamo, onako šta govorimo i načina kako to govorimo.

Neki ljudi imaju šarm kojem je teško odoljeti. Naime, lični “magnetizam” moguće je steći i izgraditi, i rezultat su uspješni odnosi u privatnom i poslovnom okruženju. Da li ste ikada pomislili da mnogi od nas provedu veći dio svog života na poslu. To znači da pristupom, koji imamo prema onome što radimo, možemo odrediti da li su nam dani uzbudljivi ili su ispunjeni dosadom. Zapamtite, na ovom svijetu ne postoji ličnost koja je ista kao vi. Nema potrebe da živite sa brigom i nervozom koje vas sprečavaju da uživate u zdravom, aktivnom i srećnom životu. Prestanite da brinete, malo usporite i jednostavno, uživajte. Današnji dan je jedini život koji imate. Izvucite maksimum iz njega. Zainteresujte se za nešto. Razbudite se. Pronađite hobi. Živite današnji dan sa zadovoljstvom. Kad smo sigurni u sebe, manje nas poljuljaju problematične životne situacije.

Istinsko samopouzdanje ne nastaje zbog nečega što činite, već zbog vašeg mišljenja i uvjerenja u unutrašnju sposobnost, da ste u stanju da učinite sve što ste planirali. Razlika između velikih i prosječnih ljudi, često je samo u načinu njihovog pogleda na greške. Vi ste jedini čovjek koji stvarno može odrediti da li je ono što ste napravili neuspjeh ili uspjeh. Da bi uspjeli u životu borite se za istinu, pravdu i ljubav. Fokusiranje na jedan cilj, izbor prioriteta, hrabrost za djelovanje, moć pozitivnog mišljenja i vjerovanje u pozitivan ishod, to je suština. I jedan od najvažnijih faktora koji mogu uticati na vaše samopouzdanje je da se okružite pozitivnim ljudima i ne dopustite da vas kritika drugih zaustavi ili omete u ostvarivanju vaših ciljeva. Trebate naći vremena da radite ono što vas čini srećnijima. Provodite više vremena sa ljudima koji vas podstiču na kreativnost, pozitivno razmišljanje i uspjeh. Da biste shvatili da ste dobar čovjek, vrijedan poštovanja i ljubavi, potrebna je odlučnost. Nalaženje unutrašnjeg mira će učiniti čuda za vaše samopouzdanje. Imajte uvek osmijeh na licu pomoću koga ćete steći mnogo prijatelja. Podijelite svoja znanja i iskustva sa drugima. Imajte grupu dobrih prijatelja koja će vas podržavati pri svakom donošenju važnih odluka. Nemojte požurivati sebe. Polako, nađite korak koji vama najviše odgovara. Samopouzdanje je od neprocjenjive vrijednosti za sreću i uspjeh u životu.

Ako smo zadovoljni sami sobom, možemo osjećati smirenost, samopouzdanje i sigurnost. Nemojte misliti na prošlost, jer je više ne možete promijeniti, mislite na sadašnjost i planirajte budućnost. Nikada nećete dobiti ono što želite, ako to i ne zatražite. Zato, skupite hrabrosti i recite ono što mislite. Vaš život zavisi isključivo od vas. Vaš život ne zavisi od drugih, to je samo vaša iluzija. Svoje nedostatke doživite kao nešto na čemu se može raditi, unaprijeđivati. Ukoliko se

otvorite ka razvoju, razvijacete se. Ako tako postavite stvari shvatitete da greške nisu toliko važne, svi ljudi griješe i to je potpuno u redu ukoliko iz tih grešaka bar nešto naučimo i potrudimo se da ih ne ponavljamo. A kada to postignete, shvatitete da ste, a da toga niste ni svjesni, postali mnogo samopouzdaniji. Sve se može naučiti, to je čista istina, jedina i ključna, ako vas zanima srećan i zabavan život. Dakle, naoružajte se osmijehom i preuzmite svoj život i svoj uspjeh u sopstvene ruke.

Većina ljudi ima jednako samopouzdanje, pokazalo je naučno istraživanje. Zato ga treba prepoznati u sebi i koristiti na pravi način. Shvatite da ste na dobrom putu. Iako trenutno možda nemate sve što želite, ustrajte, stvari se pomiču onako kako ste vi to zamislili, samo potrebno je još vremena. Svi se mi borimo sami protiv sebe, ali vjerujte svaka naša suza, bol, tuga, osmijeh, svaka kap znoja, sve nas to vodi do velike pobjede. Dajte priliku da radeći što volite ostvarujete san. To čine uspješni ljudi. Budimo zahvalni na životu i još jednoj prilici da budemo bolji ljudi. Ne zaboravite da hodate uspravno. To je odlika samopouzdanih ljudi. Samopouzdanje je rezultat dva osnovna faktora i to percepcije vlastite vrijednosti i samopoštovanja. Samopoštovanje je osećaj sigurnosti, uz koji se mnogo lakše nosimo sa životnim izazovima. Razmišljajmo pozitivno, u smislu da imamo pravo da budemo srećni i da ostvarimo svoje planove i zamisli. Da bismo podigli nivo svog samopouzdanja nije dovoljno samo pozitivno razmišljati. U takvim situacijama ne treba zaboraviti da, iako nad dosta stvari nemamo kontrolu, mi u potpunosti možemo da kontrolišemo sebe i svoje reakcije i to tako što ćemo se unaprijed pripremati za moguće prepreke. Treba biti spreman i na poraz i na pobjedu i remi kao što to rade šahisti.

Neophodno je razvijati vještine, postavljati sebi ciljeve i ostvarivati ih. Znanje koje imamo temeljno izgrađuje vrijednosti i samopouzdanje. Samopouzdanje i vjera u sebe ključni su pojmovi za ostvarenje svakog životnog cilja. Zapitajte sami sebe zbog čega ste zadovoljni, mirni i srećni. Razmislite o onome u šta vjerujete. Bez obzira šta se dešava u vašem životu, vi imate mogućnost da izaberete kako ćete to da prihvatite. Kada steknete naviku da tražite pozitivno u svemu, vaš život će krenuti ka vrhuncu. To je jedan od najvećih zakona prirode.