

# { LEPO MI JE – OZNAKA ŽIVOTA ILI PRIVILEGIJA ODABRANIH }

*Prva i najvažnija stvar je razumeti da je u redu da povremeno nismo dobre volje i da nailazimo na problem*

Za KARAKTER piše MILICA STOJILJKOVIĆ, autor Programa ličnog razvoja „Lepo mi je“

U vremenu obilja informacija i luke dostupnosti svega, gotovo spontano, počinjemo da težimo sreći po svaku cenu. Ako je nemamo stvarno, podležemo čak i potrebi da je dobro odglumimo kako drugi ne bi pomislili da sa nama nešto nije u redu. I tako, lako, upadamo u vrtlog farse života koji glumimo i života koji stvarno živimo. Udaljavamo se od sopstvenog identiteta i komplikujemo stvari koje su po svojoj prirodi jednostavne, kao i sam život.

Hteli ili ne hteli da priznamo, život jeste jednostavan, samo je nama komplikованo da to prihvati. I samo je jedan razlog zašto iznova pravimo istu grešku, a to je – da smo okrenuti mnogo više ka spolja, a da mnogo manje gledamo ka unutra, u sebe same.

Često volim da poželim ljudima da LEPO MI JE bude oznaka svakog njihovog dana. Raspon reakcija je toliko veliki da opisuje sve nijanse koje nam život nudi, odnosno svu različitost perspektiva koje ljudi imaju prema svom životu.

**Svi se lomimo oko dve ključne tačke: kako da održimo radost kada je osećamo i kako da pobedimo slabosti i prepreke, kada na njih naiđemo.**

Za početak, možemo dugo polemisati šta radost jeste, a šta nije. I nećemo se nikada saglasiti. Zato što, kad pomislimo na radost, odmah vidimo sve ono što nam dolazi spolja – dobar auto, bogatstvo, visoke pozicije, plate, lepe i pametne ljude oko sebe. I naravno, potpuno je u redu težiti takvim ciljevi-

ma i sigurno će nas više obradovati što imamo, nego što nemamo. Ali prava i suštinska radost leži u unutrašnjem miru. A on nije van, već unutar nas. Izvor unutrašnjeg mira je naš dobar odnos sa sobom. **Ako prvo pitamo sebe šta želimo i šta nas čini srećnom osobom – umesto da se automatski okrećemo spoljnim stvarima kao izvoru onog što ljudi obično nazivaju srećom – radost nas gotovo nikada neće napustiti.** Jer, tek kad u sebi pronađemo izvor lepog, tada će i sve oko nas postajati lepo. Moram reći da nas često sprečava da to učinimo ništa drugo nego prihvatanje potpune odgovornosti za sopstveni život. Ali i to je stvar koja se može uvežbati, a priroda i naši fiziološki procesi će nas podržati da vežba postane navika, a da se od

navike rodi rutina koja donosi radost nezavisnu od spoljnih uticaja.

**No, sasvim je prirodno da ne možemo uvek biti sjajnog raspoloženja. I u prirodi postoje dan i noć, i toplo i hladno, te je isto i sa nama ljudima, koji smo samo jedan deo te prirode.** Prva i najvažnija stvar je razumeti da je u redu da povremeno nismo dobre volje i da nailazimo na probleme. Ne radi se tu o suprotnostima radosti i blagostanju, već samo o dva dela iste celine koja se zove život. Kao što nam treba noć da bismo se odmorili i imali energije za svetli deo dana, ili kao što su nam, za život, potrebiti i sunce i kiša – tako su nam potrebna i dobra i loša raspoloženja da bismo na osnovu tog iskustva dalje rasli i razvijali svoje potencijale. Ima jedan jednostavan način da prihvati svaki problem kao izazov, umesto kao prepreku, a to je da ih razumemo kao lekciju iz koje ćemo nešto novo naučiti. Ako je svaki problem lekcija iz koje učimo nešto što do tada nismo znali ili nismo uspeli da shvatimo na lakši način, onda je opet sve dobro. Jer ćemo, prevazilaženjem prepreke, imati veće znanje. A svako znanje je dragoceno. I kada znamo, osećamo samopouzdanje i lakše nam je da idemo kroz život. Često put prevazilaženja problema i teških stanja zna da bude teži od ostanjanja u njima, ali vrednost svakog koraka na tom putu i radost zbog prevazilaženja izazova – neprocenjivi su.

Zato, LEPO MI JE jeste oznaka svakog našeg dana, samo zavisi koju smo perspektivu sebi odobrili i da li je iz svog ugla vidimo ili ne.

