

*Pisanje me je reševalo  
mojih osamljenih otroških  
dni in mi dajalo upanje,  
da bo nekoč bolje.*



**BOJANA IVANOVIĆ,**  
avtorica uspešnice  
**Poskrbi najprej za svojo rit**

**VSE JE V N**



Bojana Ivanović, mlada pisateljica knjig za osebno rast, je nekdanja manekenka, ki jo je javnost opazila z njeno knjigo 15 kil nesreče, pred kratkim pa je izdala tudi priročnik Poskrbi najprej za svojo rit. Je duša, ki si ne želi le obstajati na tem svetu, temveč želi iz svojega življenja narediti nekaj več. V otroštvu ji ni bilo postlano z rožicami – spopadala se je z alkoholizmom in nasiljem v družini, zasmehovanjem v šoli, pozneje pa tudi s slabo samopodobo, osamljenostjo, depresijo in številnimi drugimi težavami. Vendar pa je z borbenim duhom in odločnostjo, da bo svoje tegobe premagala, stopila na novo, uspešno pot, ki zdaj navduhuje njene bralce.

PATRICIJA FAŠALEK, FOTO: VESNA VIDENOVIC

# AŠI GLAVI |



*Na stara leta  
si ne želim biti  
zagrenjena  
gospa  
razočarana  
nad življenjem,  
temveč vesela  
gospa polna  
spominov:  
doživetij in res  
bi si že lela reči,  
ko bom gledala  
svoje življenje za  
nazaj: »Vau, res  
sem živila, kot  
sem že lela!«*

**Q Že v otroštvu ste začeli pisati zgodnice in pesmice, da bi zmanjšali svojo osamljenost. Še danes pišete z namenom pregašanja osamljenosti ali spoznavanja svoje družbe?**

Tako je, pisanje me je reševalo mojih osamljenih otroških dni in mi dajalo upanje, da bo nekoč bolje. Dnevnika več ne pišem, še vedno pa pišem pesmi, ko dobim navdih. Nekaj časa sem pisala tudi dnevnik hvaležnosti, zdaj pa vsako jutro ali zvečer samo v glavi ponovim, za kaj vse sem hvaležna. Hvaležnost je res ena tako preprosta metoda, ki v hipu dvigne vibracijo in po kateri se takoj bolje počutimo. Pa tudi vsakič, ko pišem novo knjigo, se naučim nekaj novega o sebi, dobim nove uvide ali spoznanja, zato bi lahko rekla, da je pisanje moj vir sproščanja, čiščenja in učenja o sami sebi.

**Q Ste nekdanja manekenka in Play-boyeve dekle, ki želi s svojo izkušnjo in z zgodbami drugih ljudi pokazati, da je sreča dostopna vsem. Pa začniva od začetka. Kako oziroma kdaj ste postali manekenka?**

Prve korake sem naredila v osnovni šoli v sedmem razredu, ko sem se pridružila Avdiciji.com, pri 15 letih sem naredila svojo prvo mapo s predstavitevimi fotografijami. Kot model pa sem začela zares delati po končani srednji šoli. Takrat sem se tudi malce bolj odprla, saj sem prej ves čas bila noro sramežljiva, kar me je precej oviralo, da bi lahko zares izrazila sebe. Pri 20 letih sem se zače-

la prijavljati na različna lepotna tekmovanja in pridobila dragocene izkušnje ter si odprla vrata za sodelovanja kot model.

**Q Manekenstvo je še vedno vaša strast, ampak ste ga bili prisiljeni zapustiti, ko ste se zredili. Kaj v manekenstvu vas navdihuje, zakaj ste radi opravljali ta poklic?**

Ja, takrat sem ga opustila, saj mi je bilo preveč nerodno zaradi kilogramov, čeprav bi danes naredila drugače. Če nič drugega, bi se preusmerila v manekenstvo za močnejše. (smeh) Rada sem pred fotoaparatom, veseli me ustvarjati vedno nove zgodbe in fotografije, že sam proces priprave, oblačenja, ličenja, priprava vsega – ves ta skupek je nekaj, kar me dela živo, kar me veseli in zabava, v tem res uživam. Pika na i so potem nastale fotografije, uživam tudi v pregledovanju in izbiranju slik, če le imam to možnost, in ko včasih gledam svoje fotografije za nazaj, se v meni prebudijo res tako lepi občutki in spomini.

**Q Ko ste se zredili za 15 kilogramov, ste poskušali shujšati, ob tem pa tonili v depresijo. Toda niste se uničili, nasprotno, začeli ste delati spremembe na bolje. Kaj v vas je bilo tisto, kar je reklo, da morate zdaj res začeti samo riniti naprej?**

Nekega dne, ko sem brezvoljno ležala v postelji, mi je bilo dovolj. Dovolj te pasivnosti, vdanosti, dovolj čakanja, dovolj izgubljanja časa. Kot da bi se končno zares zavedela, da čas mineva in da ga ne morem zavrteti na

zaj. Da bom, če bom tako nadaljevala, izgubila vse priložnosti, da karkoli poskusim in ustvarim. Strah me je bilo tega, kako bedno se bom šele počutila čez 10 ali 20 let, če ostarem tako depresivna in brezvoljna, kot sem bila. Ta strah me je nekako premaknil in zbulil, da sem se zganila in končno krenila naprej. Na stara leta si namreč ne želim biti zagrenjena gospa, razočarana nad življenjem, temveč vesela gospa, polna spominov, doživetij in res bi si že lela, ko bom gledala svoje življenje za nazaj, reči: »Vau, res sem živila, kot sem že lela!«

**Q Otroštvo vam ni zagotovilo dobre podlage za uspeh, namreč, zaradi negativnih komentarjev ste postali prepričani, da niste vredni in da vam nič ne bo uspelo. Kateri so bili prvi koraki, ki ste jih naredili, ko ste spoznali, da to ni res?**

Ko mi je uspelo ta prepričanja vsaj malo razbiti, takrat tudi s pomočjo podpornih skupin in terapije, ki sem jo obiskovala, sem najprej naredila resen načrt, kako bi mi uspelo na glasbenem področju. In dejansko tudi poskusila zares. Začela sem hoditi na pevske vaje, posnela sem prvo pesem in prvi videospot. Ne morem opisati občutka, ko smo posneli ta videospot – to je bil tak občutek sreče! In prežela me je misel: To je to, to želim početi do konca življenja!

**Q Še ustvarjate glasbo?**

Ustvarjanje glasbe je bilo med časom epidemije malce na stranskem tiru, hodim pa že ne-

kaj časa redno na pevske vaje, saj si želim svoj glas maksimalno izboljšati. V tem letu name-ravam posneti nove pesmi, razmišjam celo, da bi posnela tudi kakšno pesem v slovenskem jeziku. Glasba je moja prva ljubezen in v pri-hodnje se ji želim tudi resno posvetiti.

**Q Kako ste iskali odgovore na svoja vprašanja in razjasnjevali preteklost ter svoje vzorce?**

Joj, česa vsega nisem poskusila. (smeh) Za-čela sem s knjigami za osebno rast, ki so se-veda najhitrejši in najcenejši pripomoček za rast. Prva knjiga, ki me je res prebudila in mi spremenila pogled na svet, je bila Menih, ki je prodal ferrarija. Spomnim se, da sem jo brala na avtobusu, ko sem se vračala iz Hrvaške v Slovenijo, in ko sem brala njegove be-sede, je bilo, kot bi odkrivala nov svet. Takrat sem prvič začutila, kako zelo je pomembno, da živimo življenje, kot si ga želimo. Zače-la sem tudi poslušati motivacijske govornike na Youtubu, eden mojih ljubših takrat je bil Les Brown, saj svoje nauke pripoveduje hu-domušno, kar mi je zelo všeč. Še ena knjiga, ki bi morala biti obvezna tudi v šolah in uči o finančni pismenosti ter svobodi, je Bogati očka, revni očka.

*Največji in najbolj težek korak je ravno ta, da sebe prepričaš in da res verjameš v to, da zmores.*

**Q Branju so sledili obiski terapije?**

Potem sem se vpisala v skupino za osebno rast, ki se je imenovala Ko pozvoni sreča, bilo nas je 10 vse skupaj. Dobivali smo se enkrat na mesec eno leto in vsako srečanje smo predelovali drugačne tematike. Ogro-mno sem se naučila in prvič sem si dopustila verjeti, da res ni nič takega, če si želim peti, in da moje želje niso nič čudaške in nemogoče. Predavateljica nas je poučila, kako po-membno je, da prisluhnemo svojemu srcu in hodimo po poti, ki si jo želimo zase. Obisko-vala sem tudi individualne terapije pri psi-hoterapeutki, pozneje sem se spet vpisala v neko drugo podporno skupino za osebno rast, ki je trajala devet mesecev. Vmes sem hodila na vse možne seminarje, ki so se mi zdeli zanimivi in koristni ter seveda še vedno brala knjige in poslušala posnetke na Youtubu.

**Q Še vedno se ukvarjate z osebno rastjo, to ni nekaj, kar se je za vas končalo.**

Tudi v knjigah vedno poudarjam, da je oseb-



nostna rast večni proces, kar mogoče koga prestrasi, češ da je to preveč dela in truda, vendar mislim, da je investicija vase in zase najboljša naložba, ki jo lahko naredimo v življenju. Kaj nam koristi karkoli drugega, če se sami s seboj ne bomo počutili zadovoljni, pomirjeni in srečni? Za te občutke nista nobeno delo in noben denar preveč. Poudarila bi še to, da je v procesu spremnjanja sebe in želje po rasti zelo pomembno, da se obkrožiš s pozitivnimi ljudmi, ki te ne bodo vlekli dol in te zatirali. Če takih ljudi ni v tvoji bližini, se je bolje umakniti in nekaj časa biti tudi sam, ne pa časa preživeti v družbi negativnežev, saj se hitro nalezemo njihove energije. Če nikogar ni, so vedno na voljo knjige ali Youtube. Mene je to dobesedno rešilo.

**0 Ste ženska, ki že vse življenje rine naprej. Kaj je po vašem mnenju tisto, kar določa, ali bomo zapadli v vlogo žrtve in ne bomo nikoli naredili nobene spremembe ali pa se bomo vedno znova pobrali in ustvarjali nove korake naprej?**

Spet moram reči, da je vse v glavi in v našem načinu razmišljanja. Ogromno vpliva tudi to, v kakšnem duhu so nas vzugajali, kaj smo gledali skozi odraščanje, kakšne vzorce so prenesli na nas ... To niso lahke zadeve in vate lahko zakoreninijo prepričanje, da se drugače ne da. Najprej moraš sploh priti do točke, da začneš drugače razmišljati in da si začneš želeti, da bi bilo drugače. Navadno se ta klik zgodi, ko si zares naveličan vsega, kar se ti dogaja. Mislim pa, da se danes o tem ogromno govori in so ljudje bolj ozaveščeni, hitreje lahko napredujejo ter se spremenijo kot pred desetletji, ko se o tem sploh ni govorilo in je vsak živel tako, kot so ga doma naučili. Ena krasna stvar družbenih medijev je, da obstaja ogromno ljudi, ki nam pomagajo dvigniti zavest in nam po kažejo, da se da tudi drugače. In vse te vsebine so lahko dostopne.

**0 Depresija, panični napadi, pomanjkanje denarja, osamljenost ... bi lahko opisali svoj najtemnejši trenutek, dogodek, ko ste resnično podvomili, ali gre lahko še kdaj sploh na bolje?**

To je bilo neko obdobje, ki je trajalo približno dve leti, ko sem bila resnično na tleh in sem izgubila upanje, da bo sploh kdaj bolje. Še huje, vse se mi je zdelo brez smisla, saj me je obsedela misel, da je brez smisla sploh karkoli početi, ker bo nekega dne tako in tako vsega konec. Tako se mi ni dalo iti ven, ni se mi dalo urejati, ni se mi dalo nič početi za posel, ni se mi dalo zabavati, družiti. Spomnim se, da sem gledala slike drugih, kako se imajo fino, in si mislila: »Itak nas čez 50



*Vem, da jima je težko sprejeti, da počnem stvari zunaj njunih okvirjev, saj je zanju redna služba tisto »sveto«, a vseeno v meni tli upanje, da bom morda kdaj zaslišala te besede, po katerih pravzaprav zelo hrepenim vsa ta leta.*

let ne bo več, če bomo še to dočakali.« Res ni hujšega, kot če te obsedejo take temačne negativne misli, saj ti sploh ne pustijo živeti. Ohromijo te. Kot da takrat ne bi mogla sploh trezno razmišljati. Nikakor mi ni uspevalo najti pozitivne plati življenja. Ni se mi sicer zgodilo nič tako drastičnega, nekako sem kar padla v to brezno. Po tem, ko sem se zredila in zaprla vase, tudi moja partnerska zveza ni bila v redu in sem bila tudi zaradi tega zelo nesrečna.

**0 Ljudje, rojeni v Evropi, imamo ne glede na vse srečo, pravite, namreč že naše izhodišče je drugačno kot pri ljudeh, rojenih v državah tretjega sveta. Bi lahko rekli, da je osebnostna rast pravzaprav privilegij, za katerega je res škoda, če ga ne bi izkoristili, ker mi, Evropejci, ga res lahko?**

Seveda. Prav zares je privilegij. Tega bi se moral vsak zavedati in biti hvaležen za to, kje je rojen. Vse poti so nam odprte, vse imamo pred nosom. Dane so nam številne priložnosti, več denarja imamo za rast. Šola nam je samoumevna, nekaterim pa ni dana ta možnost. Pri nas ni vojn, nekje pa so. Pri nas imamo dovolj hrane in vode, nekje pa ne. Mi smo v bistvu zelo razvjeni in kar pozabimo ceniti vse te dobrine. Zavedam se, da je nam prekletlo lažje kot ljudem iz tretjih držav. Samo pomislite, koliko huje in težje mora biti njim, če želijo karkoli doseči? Sploh revnim ljudem. To je skoraj nemogoče oziroma se morajo hudičovo potruditi in namučiti za to. Mi pa imamo zadovoljene vse te osnovne človekove potrebe in potem se je seveda tudi veliko

lažje ukvarjati z osebnostno rastjo, kot če bi se moral vsak dan mučiti in skrbeti, kaj boš jedel in ali boš imel požirek vode. Vse nam je dano na pladnju, le odločiti se je treba in izkoristiti te priložnosti.

**0 Ko ste se odločili, da greste na bolje, je naprej postalo še težje, pojavile so se nove ovire in preizkušnje. Kaj se je postavilo nasproti in zakaj preprosto ne steče, ko se odločimo za spremembe?**

Saj steče, ni pa preprosto. Kar nenadoma imaš ti vso odgovornost v rokah, in ko se zaveš, da ti kreiraš svoje življenje, potem ni več izgovorov, da so krivi drugi. Seveda mi ne moremo vplivati na dogodke okoli sebe, lahko pa vplivamo na to, kako se bomo nanje odzvali in kako jih bomo reševali. V tem smislu je težje. Ko ne prevzemaš odgovornosti za lastno življenje, je lahko reči na primer: Ah, moj partner je kriv, da sem slabbe volje, ker je naredil to pa to ... Morda je to res, toda naša odgovornost je, kaj bomo s tem dejstvom naredili. Doseči spremembo ni vedno lahko, velikokrat jeboleče in s tem se je včasih težko spoprijeti. Pri meni konkretno je bilo težje tudi zato, ker se maram z vsem spopadati sama, pri tem pa še

ves čas poslušam družino, da delam naro-be, da mi ne bo uspelo; sem kot nekakšna črna ovca, ki gre po svoje in nič ne uboga. (smeh) Ampak nič hudega, to je življenje. Pomembno je le ohraniti zavedanje v glavi, da za vse obstaja rešitev in da nič ni tako grozno, kot se morda zdi na prvi pogled.

**0 Kaj vam je vseskozi življenje dajalo vedeti, da vam bo vseeno uspelo?**

Bolj kot to, da sem vedela, da mi bo uspelo, me žene misel na to bolečino obžalovanja, ki vem, da jo bom čutila, če ne bom vsaj poskusila. Ne želim se sprijazniti, da ne more biti drugače. Nikoli se nisem želeta. Nepredstavljivo mi je, da bi se kar vdala in samo čakala, da življenje mine kar tako, kot narekujejo drugi ali kot veter zapiha. Že ko sem doma poslušala, naj ne sanjarim in naj se sprijaznim, da bom vedno revna ter da ne bom dosegla svojih sanj, se je v meni prebujal tak odpor in upor, da si tega že ne bom dopustila in da sebi nikoli ne bi dovolila, da se kar vdam in sprijaznim. Hvaležna sem za to svojo borbenost in trmo ter to željo, da sem vedno hotela nekaj več, kajti brez tega ne vem, če bi se mi uspelo pobrati iz temne luknje, v katero sem padla za nekaj let.

**0 Vsak človek zmore, če si to želi, pišete. Resnično verjamete v to?**

Verjamem, res verjamem, da vsak zmore tisto, kar si želi, moram pa priznati, da je včasih ta pot tudi zelo težka. Vse je v naši glavi. Če bomo verjeli, da zmoremo, smo že na pol poti do tja. Če sami sebe prepričamo, da ne zmoremo, smo ustvarili negativno vibracijo, še preden smo sploh poskusili. Nič ne gre zlahka, vendar če verjameš, da zmoreš, si tudi pripravljen premagati vse ovire, ki se na poti pojavijo, in se z njimi lažje spopadeš. Največji in najtežji korak je ravno ta, da sebe prepričaš in da res verjameš v to, da zmoreš. Ko ti to uspe zares ozavestiti in ponotranjiti, si že zmagovalec.

**0 So vaši starši danes ponosni na vaše dosežke?**

Želeta bi si, da so in upam, da so, v resnici pa tega ne vem, saj se o tem ne pogovarjam in mi tega nista nikoli povedala. Vem, da jima je težko sprejeti, da počnem stvari zunaj njunih okvirjev, saj je zanj redna služba tisto »sveto«, a vseeno v meni tli upanje, da bom morda kdaj zaslišala besede, po katerih pravzaprav zelo hrepenim vsa ta leta.

# Zvrhan koš ugank in nagrad!

**Posebna izdaja Kajveš na 80 straneh:**

- KRIŽanke • ZANIMIVO BRANJE • BOGATE NAGRADE

**NAGRADNI SKLAD**  
3.300 EUR  
MEDIA24

KAJVEŠ ZIMA JANUAR od 13. januarja 2023

KAJVEŠ ZIMA DECEMBER še v prodaji!

**Kajveš - REVIIA ZA PRAVI MOŽGANSKI PREPIH!**

www.satoribrgroup.si