

Le 2 dni in
kar 2 kg manj!

DOMAČI MATCHA-KOKOSOV LEDENI ČAJ Z LIMETO

8 STRANI:
križanke,
sudoku, poletni
roman

Liza
Maja
polna idej

Številka 35 • 28. avgust 2020 • cena 2,29 EUR



9 772670 15591021
2 točki vrednost v
MEDIA BAR



LIZA MAJA KUHA

Koruza za konec poletja

Zdrava špinača
Domača mineštra

Tortice za sladko šolsko leto

ZVEZDNIŠKA KUHINJA

TESTENINE CHRISSY TEIGEN
BOLONJSKA OMAKA
V STILU LADY GAGA

Igra s človekom pomaga
psom pri učenju

ŠPORTNIKI MED KORONAVIRUSOM

Blaž Rola se
počuti varnega

11 napak pri uporabi
dezodoranta

DEKLE Z NASLOVNICE

BOJANA IVANOVIĆ,
pisateljica in manekenka
»Za svojo srečo sem
odgovorna izključno jaz.«

SVETOVALNICA

KAKO PO
LOČITVI ZDRAVO
VZGAJATI

*Modni trendi
za jesen*

NASVET S HAVAJEV

»Odpuščanje
je treba vaditi.«

KAKOVOST BIVANJA

15 korakov do
osebnega sloga

ZELO BOLI, KO TE LASTEN STARŠ NITI ENKRAT NE POHVALI ZA NIČ, KAR SI DOSEGEL.

Nasmejana, optimistična, srečna in očarljiva. Tako bi lahko opisali mlado pisateljico in nekdanjo manekenko Bojano Ivanović, ki je lansko leto navdušila s knjižnim prvencem 15 kil nesreče, te dni pa predstavlja novo knjigo Klub srečnih in uspešnih. Bojana je Lizi Maji zaupala svojo pot do sreče, ki je bila polna vzponov in padcev.

Tekst: **NEJC SIMŠIČ**

● **Po knjižnem prvencu 15 kil nesreče, ki je bil odlično sprejet med bralci, ste zdaj na police poslali novo knjigo Klub srečnih in uspešnih.**

V nasprotju s 15 kil nesreče, ki je avtobiografija in govori o motnji prenajedanja, je knjiga Klub srečnih in uspešnih sestavljena iz kar 36 resničnih zgodb ljudi, ki so v življenju imeli podobne okoliščine, a danes živijo povsem nasprotno življenje. Nekateri med njimi so srečni, drugi niso. To pa je tudi sam namen oziroma sporočilo knjige, želela sem namreč prikazati, kaj je zares pomembno, da lahko živimo srečno, zadovoljno, izpolnjeno in uspešno življenje. Bralci bodo lahko ob branju teh različnih zgodb spoznali, kaj so »srečni« naredili prav in kaj »nesrečni« delajo narobe, da niso zadovoljni s svojim življenjem. V knjigi najdemo zgodbe o ljubezni, zdravju, prijateljstvu, karieri, prehodu v zlata leta ter srčnih željah, to so zame najpomembnejša področja za srečo in uspeh.

● **Pravite, da je knjiga polna »aha momentov« in smernic za srečnejše življenje. So to teme, ki so vam blizu v življenju?**

Tako je, v vsaki izmed zgodb se skriva neki »aha moment«, ki nas lahko nauči oziroma da uvid v to, kaj smo delali narobe ali kaj počnemo prav. Teme so take življenjske, splošne, da so bližje tako meni kot vsakemu človeku.

● **Kaj pravzaprav pomeni »aha moment«?**

Aha moment v bistvu predstavlja trenutek, ko doživiš v glavi neki uvid oziroma spoznanje o nečem. Lahko je to le ena beseda, ki jo prebereš, en odstavek, nekaj, kar vidiš oziroma slišiš nekje. Nekaj, kar te premakne in se te tako močno dotakne, da se spremeni tvoj pogled na življenje oziroma določeno situacijo. Jaz sem svoje prve »aha momente« doživela ob branju knjige Menih, ki je prodal svojega ferrarija, ko se mi je odprl čisto drugačen pogled na svet in ko sem dojela, da sem imela napačno predstavo o življenju.

● **Na prvi vtis bi ob naslovu vaše knjige lahko pomislili, da gre za nekakšen priročnik za boljše življenje, pa je to daleč od resnice ...**

Odločila sem se, da vključim toliko zgodb, ker se mi je zdelo, da bom tako najbolj realno prikazala dejavnike, ki ločujejo srečne od »nesrečnih«. Ko sem imela grobo strukturo knjige in sem vedela, kaj želim, sem pričela razmišljati, koga bi vključila v knjigo. Skozi življenje sem spoznala zelo veliko ljudi in nekatere njihove zgodbe so name naredile res močan vtis in sem vedela, da jih želim imeti v knjigi, ker dajejo močno sporočilo. Predvsem pa sem iskala in izbrala ljudi, ki so imeli podobne zgodbe in življenjske okoliščine. Imena glavnih junakov so seveda spremenjena, zaradi njihove varnosti in diskretnosti.

● **Kaj pa vam osebno pomeni sreča?**

Jaz sem najbolj srečna, ko počnem tisto, kar me veseli. Pišem, pojem, pišem besedila za pesmi. Takrat se zame čas ustavi in sem v nekem svojem svetu, v ekstazi. Pozabim na vse okoli sebe in to je zame definicija čiste sreče. Sreča je zame tudi to, da sem svobodna, da lahko sama razporejam svoj čas in obveznosti in da nisem odvisna od nikogar.

● **Sami ste se pred leti odločili, da boste svojo srečo postavili na prvo mesto?**

Tako je in tega se še danes držim. Vem, da sem za svojo srečo odgovorna izključno jaz. Ko se enkrat tega zavedaš, življenje postane lažje, ker prej sem vedno mislila oziroma pričakovala, da me mora osrečiti nekdo drug - partner, starši, prijatelji, da se moram osrečiti sama, pa sem pozabila. Posledično tudi nikoli nisem bila prav zares srečna, ker sem vedno nekaj pričakovala od drugih in po navadi nič ni bilo tako, kot sem si predstavljala.

● **Ob prvi knjigi ste povedali, da ste nase vrsto let gledali kot na »luzerko«. Zakaj?**

Najbolj je na moje mnenje o sebi vplivalo to, da me doma nikoli niso zares pohvalili in bili ponosni name, vedno sem poslušala le, da nisem za nič dovolj dobra in da naj si ne želim preveč. Nikoli me niso znali sprejeti, ne razumeti. Moje sanje in želje so se staršema zdele smešne, no, to se jima



Nekdanja manekenka Bojana Ivanović je svoj recept za srečo strnila v novi knjigi Klub srečnih in uspešnih.



»Zato danes vsem staršem polagam na srce, prosim, spodbujajte svoje otroke že od mladih nog, stojte jim ob strani, spoštujte njihove želje in talente, naj vedo in čutijo, da so sprejeti in ljubljani, to je največ, kar lahko naredite zanje, sploh v zgodnjem otroštvu, ko se razvija otrokova podzavest.«

zdi še danes. Zelo boli, ko te lasten starš niti enkrat ne pohvali za nič, kar si dosegel. Nista me znala naučiti ceniti in spoštovati sebe, imeti se rada. Dala sta mi občutek, da sem na svetu za brez zveze, ker pač moram biti, in naj bom tiho ter samo obstajam. Zato sem potem menila, da so vsi drugi boljši od mene, bolj zanimivi, bolj zabavni, bolj pametni, bolj nadarjeni, in v skladu s tem sem se potem tudi obnašala vrsto let. V šoli sem bila neopazna, tista najbolj mirna, in tako sem bila pogosto tarča napadov in posmeha sošolcev, sama pa sem se ob tem počutila manjvredno od drugih.

● **In kaj je bil tisti trenutek ali dogodek, da ste spremenili svoje gledanje nase?**

Za to je bilo potrebnega kar precej trdega dela na sebi. To so globoko vsajeni vzorci, ki se ne dajo kar tako zlahka spraviti iz podzavesti. Ni šlo čez noč. Hodila sem v skupino za osebno rast, ki je trajala devet mesecev, in tukaj mi je počasi le uspelo drugače gledati nase.

● **Depresija, panični napadi ... to so stvari, ki jih ni z lahkoto prebroditi, še težje je o njih govoriti. Kako to, da ste glede tega tako odprti?**

Mislím, da sem postala precej odprt človek, in nimam zadržkov, o čem bi govorila. Mogoče bi se včasih, ko sem bila mlajša, tega sramovala, ampak zdaj, ko sem bolj zrela, se mi zdi, da je prav, da sem iskrena, tako do sebe kot do drugih. To so res težke stvari, z njimi se bori na milijone ljudi in zdi se mi lažje, če vemo, da nismo sami v tem. Nihče ne more razumeti, kako je to, če sam tega ne doživi. Meni osebno je tudi lažje, če iskreno povem, s čim se borim, kot pa da se pretvarjam, da je vse vedno super in fajn.

● **Ali je težko biti srečen? Vi na podlagi knjige najbolje veste odgovor ...**

Rekla bom tako, težko je za tistega, ki ne ve, kaj v bistvu sreča pomeni. Veliko ljudi ima zgrešeno predstavo o sreči, tudi jaz sem jo nekoč imela. Mislím, da bomo srečni, ko bomo imeli stanovanje. Hišo. Nov avto. Nov telefon. Ko bomo šli na počitnice. Ko bomo imeli partnerja. Ne razumite me narobe, seveda smo srečni ob vseh teh dogodkih. A ta sreča ne traja dolgo. Materialne stvari izzvenijo, sreča okoli teh stvari postopoma usahne. Potem pa spet iščemo nekaj, da bi lahko rekli, da bomo srečni, ko

... In tako se vedno vrtimo v krogu, znotraj sebe pa smo po navadi prazni. To se mi zdi narobe. In veliko ljudi ne zna najti tiste prave, notranje sreče. To pa pomeni samo eno - da si v skladu sam s seboj in počneš tisto, kar te osrečuje. Te sreče ti nihče ne more odvzeti niti ne more usahniti.

● **In zakaj vidite svoje poslanstvo, da pomagete srečo in uspeh najti tudi drugim?**

Želim si, da bi čim več ljudi znalo biti srečnih. In veselih. Radostnih. Zdi se mi škoda in žalostno, da zapravljamo dragoceni čas, ki ga imamo na tem svetu, misleč, da se moramo prijazniti z življenjem, ki nam je dano, tudi če nismo zadovoljni. Samo eno življenje imamo, jermujemo pa ga preveč samoumevno, kot da bomo večno tukaj. Če bi bilo več ljudi srečnih, mislim, da bi tudi svet bil bolj prijazen in bi se dogajalo manj grozot. Krasno je videti človeka, ki živi svoje življenje polno, izpolnjeno. Tudi energija teh ljudi je čisto drugačna. V srečnih ljudeh ni zlobe. S svojo srečo delajo svet lepši. Meni se napolni srce, ko vidim, da je nekoga prebudila moja knjiga. Srečna sem, če nekdo prične razmišljati drugače.