

Misliti pozitivno

*Mijo Nikić**

U svojoj poslanici upućenoj Rimljanima, sv. Pavao na početku 12. poglavlja piše tamošnjim kršćanima: »Nemojte se prilagođivati ovom svijetu! Naprotiv, preobličavajte se obnovom svoga uma da možete uočavati što je volja Božja: što je dobro, ugodno i savršeno!« Drugim riječima, Pavao daje na znanje da se svaka preobrazba mora najprije dogoditi u našim mislima, »obnovom svoga uma«, kako on doslovno kaže. Način na koji osoba misli utjelovljuje se u njezine emocije i ona se počinje osjećati onako kako misli, a onda vrlo brzo počinje i djelovati u skladu sa svojim osjećajima. Depresivne misli izazivaju depresivne osjećaje. Pozitivne i optimistične misli rađaju ili bude ugodne i lijepe osjećaje. Najjača misao vlada čovjekom, izaziva prikladne ili neprikladne osjećaje te dirigira naše ponašanje. Ove uvodne misli su nam bile potrebne da lakše shvatimo psihologiju čovjekove motivacije, odnosno da jasnije odgovorimo zašto su neki ljudi u svome ponašanju orijentirani na negativno, a drugi više na pozitivno.

Kaže se, a to i činjenice potvrđuju, da pčela leti na cvijeće i pravi med, a muha leti na smeće i širi zarazne bolesti. Ove kratke rečenice izražavaju veliku istinu koja se potvrđuje u našem svakidašnjem životu. Ima ljudi koji se ponašaju kao pčele. Oni vide u drugima ono lijepo, plemenito, dobro i pošteno. Milina je biti u društvu s takvim osobama. One izvlače iz nas ono najbolje. Takve osobe pozitivno misle i konstruktivno djeluju. Nasuprot njima, postoje ljudi koji se ponašaju kao muhe. Oni čeprkaju po bunjištu, traže žrtve, gledaju prije svega ono što je loše. Takve osobe negativno misle i destruktivno djeluju.

Mediji masovnog komuniciranja kao što su: TV, radio, novine, filmovi, internet, knjige su neutralna sredstva preko kojih se mogu širiti dobre i loše vijesti, pozitivni i negativni stavovi. Sve ovisi o ljudima koji rade na tim medijima. A ljudi su različiti. Jedni medije upotrebljavaju, a drugi ih zloupotrebljavaju. Kakvi će biti mediji ovisi o tome kakvi su njihovi vlasnici i novinari koji preko njih šire svoje vijesti. Poznata je činjenica da mediji velikim dijelom stvaraju javno mišljenje. Malo je ljudi koji ozbiljno razmišljaju i zdravo kritički čitaju ili slušaju vijesti preko medija. Većina ljudi prima informacije po načelu »zdravo za gotovo«, a to znači slijepo vjeruju u ono što čuju i pročitaju. Zato je silno važno da ljudi koji rade u medijima budu prije svega izgrađene ličnosti, jaki karakteri koji traže istinu, koji pozitivno razmišljaju i kojima je stalo da izgrađuju bolji svijet.

Drugim riječima, najvažnije je da čovjek ima dobro i plemenito srce iz kojeg izlazi sve ono što se na van manifestira. Isus jednom reče kako »iz ljudskog srca dolaze zle misli, ubojstva, preljubi, bludnost, krađe, lažna svjedočanstva, psovke.« (Mt 15, 19) To ukalja čovjeka, kaže Isus, a ne ono što ulazi u njega. Naša djela su odraz naše nutrine. Usta govore o onome čega je srce puno.

Promatrajući i analizirajući sadržaje naših medija moramo konstatirati da prevladavaju negativne vijesti, afere, prevare, krađe, razne vrste razbojstava i krimi-

* Doc. dr. sc. Mijo Nikić, Filozofski fakultet Družbe Isusove, Zagreb.

nala. Naravno da i o tome treba pisati, ali ne bi se smjelo zaboraviti kako u tom našem društvu, u našoj sredini, ima i puno lijepih vijesti koje se ne uspijevaju probiti do mnogih ljudi, jer ih jednostavno ne zapažaju oni koji imaju pristup medijima. A trebalo bi više pisati o tim malim, jednostavnim, dobrim, poštenim i plemenitim osobama koje svojim nesebičnim radom izgrađuju dobre međuljudske odnose i stvaraju bolji svijet. Netko je mudro rekao da nema koristi tjerati tamu; treba jednostavno zapaliti svjetlo i mrak će nestati. Treba ovome društvu pokazati kako još uvijek ima dobrih ljudi koji izgarajući svijetle.

Gledajući sa psihološke strane, moramo reći da je pozitivna motivacija u odgoju djece i čitavog društva daleko djelotvornija i trajnija od negativne motivacije. Pozitivna motivacija oduševljava osobu, a negativna demoralizira pojedinca i društvo. Pozitivne misli i dobre vijesti imaju moć pokrenuti pojedinca i mobilizirati društvo da se stvore i ostvare dobri projekti, da se izgradi bolji svijet. Negativne misli i loše vijesti deprimiraju osobu i društvo, šalju mu skrivenu poruku da se ni ne isplati boriti za neki bolji svijet. Naša raspoloženja i osjećanja ovise o našim mislima. Onako kako netko misli, tako će se vrlo brzo početi i osjećati, a onda i ponašati. A naše misli ovise o tome kakvu sliku o samima sebi imamo i to u svojoj svijesti kao i u svojoj podsvijesti. Može se reći da je slika o sebi svojevrsan mentalni portret, odnosno odgovor na pitanje *tko sam ja*. Taj odgovor u velikoj mjeri utječe na naš život: on određuje što ćemo u svome životu smatrati važnim, što ćemo poduzimati, koje ćemo ciljeve nastojati postići i hoćemo li time biti zadovoljni ili ne. Osoba koja je svjesna svoga pravog identiteta djeteta Božjega, imat će samopouzdanja, bit će sigurna u sebe, mislit će pozitivno i hrabro će se upuštati u izazove koje joj život bude donosio. Psihosomatska je medicina dokazala da pozitivne misli djeluju blagotvorno na organizam. Snaga placebo efekta je eksperimentalno dokazana. Osoba koja čvrsto vjeruje u moć nekog lijeka daleko brže postiže zdravlje od one osobe koja sumnja u sposobnost liječnika i djelotvornost lijeka koji uzima. Sve nam se u životu događa prema našoj vjeri. »Neka ti bude kako si vjerovao«, Božja je poruka koja se svakodnevno ostvaruje. Čovjeka ozdravlja njegova vjera. Nasuprot vjeri, nevjera, odnosno neutemeljena sumnja, koči istinski napredak osobe. Mnogi su svojom nevjerom sebi utrljali put neuspjehu ili nekoj bolesti.

U globalnom svijetu iz kojeg više ne možemo pobjeći mediji su najjače oružje. A oružje može spasiti, ali i uništiti život. Sve ovisi o tome tko ga ima u svojim rukama, tj. kakvo srce ima onaj koji raspolaže medijima. Novi svijet će moći izgraditi samo novi ljudi. Bolji svijet izgrađuju dobri i pošteni ljudi. To su oni koji žive u istini, koji istinski vjeruju i razmišljaju pozitivno. Takvi djeluju konstruktivno, šire optimizam i volju za životom. Ljudi koji rade na medijima ne bi nikada smjeli zaboraviti važnu društvenu ulogu koju imaju svojim poslanjem i zanimanjem. Da bi mogli djelovati pozitivno na društvo i događanja u tom društvu, sami moraju biti izgrađene i zrele ličnosti, osobe koje razmišljaju pozitivno, pišu kreativno i djeluju konstruktivno.