

Ventilator



EKSPERTIZA PRIRUČNIKA ZA SAMOPOMOĆ

Selfhelp?

Globusova suradnica otkriva: pa to i nije samo literatura za očajnike!

PIŠE MAJA HRGOVIĆ SNIMIO ROBERTO ORLIĆ

Ventilator

Najnesretnije ljudi, čudake i živopisne očajnike na koje sam nailazila kroz život, vezala je jedna zajednička stvar: uredno poslagan red selfhelp priručnika na povlaštenoj polici u kućnoj biblioteci.

Najusamljenije žene koje znam ujedno su i predane čitateljice literature za samopomoć: nesrette i gladne ljubavi, a site svih mogućih znanja o partnerskim odnosima što su ih sigurnom rukom ispisali life-coachevi, treneri života. Ima u njihovoј žudnji nešto groteskno – kao kod onih pubertetlja koji su se prema Lastanovim uputama učili žvaliti tako da jezikom guraju zrno graška po dnu čaše.

Ovo ne priznajem bez grizoduša – ali pasionirani gutači duhovne literature, koji izgaraju od želje da i s drugima podijele ushit nekom novom recepturom za život, jedina su skupina ljudi koju izbjegavam u širem luku nego one koji po kolodvorima uvaljuju "Kulu stržara". A najpromašeniji rođendanski poklon koji sam ikad dobila bile su motivacijske kartice "Škola života" Bruna Šimleše, skupa kutijica sa šipalom karata na čijoj su pozadini ispisane poticajne poruke o prihvatanju sebe i drugih, nakićene s puno dobrodrušnih uskličnika, a često zamršene i nejasne toliko da ni Kant ne bi bez muke dokučio njihov smisao. Nisam mogla sakriti razočaranje kad mi ih je poklonila prijateljica iz studentskih dana, koja čita samo duhovnu literaturu i kroz život kroči ministrantski pobožno ponavljajući postulate self-help literature o "unutrašnjem kompasu" i "autentičnom življenju".

SNOBOVSKI ZAZOR. Toj dragoj čudakinji koju volim – ali i samoj sebi – dugujem već dugo jedan pošteni obračun sa svojim snobovskim zazorom prema duhovnoj literaturi; obračun s predrasudom da priručnici za samopomoć uzrokuju odumiranje sivihi stanica, da su njihovi čitatelji žrtve perfidnih prodavača magle, a takozvani treneri života manipulatori intelektualno deprivirani jednicima u potrazi za utjehom. Došlo je vrijeme da selfhelpu pristupim "otvorena srca i uma", kako bi rekla moja prijateljica, obožavateljica Brune Šimleše. U tome me okuražila i Maja Tadić, psihologinja s instituta društvenih znanosti "Ivo Pilar". "Posezanje za selfhelp literaturom, za koju su Hrvati sve zainteresirani, poznatelj je otvaranja prema ideji rada na sebi. Vrlo je pozitivno što su ljudi spremni preuzeti odgovornost za svoje mentalno i emocionalno zdravlje", veli ona.

A interes Hrvata za selfhelpom zbilia doseže čudo-višne razmjere. Dok izdavači u Hrvatskoj proživiljavaju predapokaliptičnu dramu, znojeći se u pokušajima da se jeftinim prijevodima šunda nekako iskobeljaju iz križe, bježeći od kvalitetnije proze kao od kuge jer ona nije profitabilna – jedini naslovni koji se uspijevaju progurati na vrhove top lista najprodavanijih upravo su selfhelp priručnici. Tako je i moj, krajnje neprofitabilnoj zbirci priča "Pobjeduje onaj kojem je manje stalo", na tržištu pomogao naslov koji je mnoge krivo naveo na zaključak da je riječ o nekoj vrsti selfhelp "ljubavologije" sa savjetima za uspješan odnos. Lorrie Moore, vjerojatno najbolja američka književnica, na sličan je način – ali s preduvišnjajem – nasanjala publiku, podvalivši im svoje novele pod naslovom "Self-help".

"Tkanje života" Mirjane Krizmanić knjižni je ekvi-

Mirjana Krizmanić sladunjava slavi malograđanski skučeni života s krutim, tradicionalnim rodnim podjelama. Tako je, naravno, poglavje "Kupili smo novi automobil" ispisano iz perspektive muškarca

alent "Svećenikovo djeci" Vinka Brešana: taj najuspješniji hrvatski bestseler, prodan u više od sto tisuća primjeraka, veći je hit od fiskalnih blagajni. Bruno Šimleša, mladahni propovjednik umijeća življena, od svoje 22. godine štanca selfhelp hitove, dosad ih je nanizao sedam, a uspješno se dao i u dvoranska predavanja, posjećenija od seansi velečasnog Sudca u njegovom najuspjelijem razdoblju.

KNJIGE NA PREDBILJEŽBU. Do knjiga drugih majstora zanata jedva uspijevam doći; prodavačica u knjižari nudi mi da se predbilježim na listu čekanja za knjige Natalije Princi "Adamu s ljubavlju" i "Osmi grijeh – Posluh" čija je prijašnja pošiljka rasprodana, a slično je i s publicistom i life-coachem Tomislavom Tomicem. Nekako uspijevam doći do njegove knjige "Zaboravljena vještina – umijeće svjesnog stvaranja željenih istakusta".

Prvo sam počela čitati "Avanturu osobne promjene 2", Profilovu uspješnicu u kojoj autorica Ljubica Uvodić Vranić na zahtjev svojih oduševljenih čitatelja ispisuje nastavak "Avanture osobne promjene 1" i za cijenu od 119 kuna prilaže i CD sa svojim predavanjem o temama kojima se bavi u knjizi, od odnosa majka i kćeri do vježbe asocijacije. U neprohodnoj i traljavo prelomljenoj knjizi prepunoj grešaka, autorica nasumično nabacuje svoja vrlo uopćena zapažanja o svijetu, prepričavajući nadugo i naširoko najbanalnije lekcije iz prirode i društva, primjerice to da neki roditelji odluče dobiti djecu pa onda žena zatrudni i rodi, a poslije toga doji i uživa u majčinstvu. Čitajući stranice i stranice takvih opažanja, koje Ljubica Uvodić Vranić bez kompleksa puni vlastitim slobodnim asocijacijama, a koje je očito zaobišla svaka intervencija urednika, bezuspješno sam tražila neku poantu, neku novu informaciju, neki smisao. Osjećala sam se kao da sam zaglavila na tulumu na kojem netko napušen objašnjava Alfu, novoprdošlići iz svemira, tko su ljudi koji žive na ovom planetu.

Na jednome mjestu u "Avanturi osobne promjene 2" navodi se kako "pozitivan govor utječe na stvaranje novih stanica u mozgu", pa autorica savjetuje čitatelje da pokušaju jedan dan govoriti isključivo pozitivne stvari. Mirjana Krizmanić kao da je poslušala taj savjet i primijenila ga na svoj novi priručnik "A sad... radost i veselje!" koji je čitav sastavljen od pozitivnih izjava o svakodnevnom životu, napisanih u prvom licu, tako da ih čitatelji mogu preuzeti gotove i osjećati se bolje u vezi s malim stvarima u svom životu – a možda ih i lijepiti na frižider. Krizmanić pokriva teme u rasponu od "Veseli me što imam sestru/brata" do "Posvojili smo dijete", ali

CAITLIN MORAN

Jedna od najuspješnijih svjetskih autorica selfhelpa prodaje na milijune svoje knjige "Kako biti žena".
Najusamljenije žene koje znam ujedno su i najpredanije čitateljice literature o samopomoći

PAMELA HAAG

Američka feministica i autorica piše ozbiljnije knjige, ali se prodaju u standardnoj opremi selfhelpa. Jer ciljana su publika žene nesrete i gladne ljubavi, a site svih mogućih znanja o partnerskim odnosima



Ljubica Uvodić Vranić u neprohodnoj knjizi prepunoj grešaka prepričava nadugo i naširoko najbanalnije lekcije, primjerice to da neki roditelji odluče dobiti djecu pa onda žena zatrudni i rodi

Ventilator

BRUNO ŠIMLEŠA

Od svih hrvatskih autora selfhelpa jedini pokazuje nešto smisla za humor; šarmantan je i pun ohrabrenja za sve ispačene čitateljice. Sad znam zašto moja prijateljica o njemu priča kao o spoju Dalaj lame i Bali-bega

LORRIE MOORE

Ona jedina, među prisutnim autorima, uopće ne piše o samopomoći: ta vjerojatno najbolja američka književnica s preduvišnjem je nasanjkala publiku, podvalivši im svoje ozbiljne novele pod naslovom "Self-help"

J. HEIMAN I J. LOPICCOLO

Knjiga iz spolne terapeutike ima podnaslov "Program seksualnog i osobnog za žene". Podseća me na one pubertetlje koji su se po Lastanovim uputama učili žvaliti tako da jezikom guraju zrno graška po dnu čaše

MIRJANA KRIZMANIĆ

Autorica najprodavanijih hrvatskih knjiga o samopomoći knjižni je ekvivalent "Svećenikovo djeci" Vinka Brešana: čita je više od 100.000 ljudi, a njezini su naslovi veći hit od fiskalnih blagajni

tu su i poglavila poput "Život s mačkom". Ovako zvuči jedna od motivacijskih tvrdnji iz poglavljia "Odlazak na tržnicu": "Svida mi se i kad mi prodavačice daju savjete o kuhanju domaćih kompoti ili marmelada". Ovo je iz "Života s mačkom": "Kad gladiš svoju mačku i pričam joj o njezinim prelijepim zelenim očima, ona me svaki put nagradi glasnim predenjem." Ne znam kako bi netko mogao emocionalno ili intelektualno profitirati od ovih tvrdnji. Osim toga, problem je s ovom knjigom to sladunjava slavlje malograđanski skučenog života s krutim, tradicionalnim rodnim podjelama. Tako je, naravno, poglavje "Kupili smo novi automobil" ispisano iz perspektive muškarca, dok je većina natuknica o kuhanju i vođenju kućanstva rezervirana za žene. Žene se bave kukičanjem i posjećivanjem sajmova cvijeća, dok su u poglavljima o roditeljstvu muškarci dobrohotno prikazani kao tate koji povremeno velikodušno uskoče kao pripomoć majkama.

Do prije nekoliko godina Hrvati su jedini doticaj s "vježbanjem života" imali kroz naslov romana Nedjeljka Fabrija. Što se to dogodilo u međuvremenu? Kako je taj američki trend uspio u tolikoj mjeri zaraziti Hrvate?

PROTIV TRENDU. Književnik Stjepo Martinović već se naslovom svoje nove knjige eseja "Selfhelp? Bullshit!" opredijelio protiv ovoga trenda. "Hrvatima 'u banani' nudi se galimatijas jalovih savjeta, patetično proglašen školom života, a zapravo ih se navlači na ovisnost o neoliberalnoj mantri individualnog oslonca »

U MORU SELFHELPA
Ponudu knjiga o samopomoći za Globus je analizirala mlada spisateljica i kolumnistica Novog lista Maja Hrgović



Ventilator



» na vlastite snage. Jer, navodno se ne može iznaci bolji model ekonomsko-socijalnih odnosa, pa čovjeku ostaje da se sam nosi s teškoćama kao nemilošću sudbine, ne tražeći alternativu sustavu koji generira njegov jad”, kaže Martinović koji ne vjeruje u tobožnju bezazlenost selfhelpa nego tvrdi da je to podvala smišljena kako bi u beznađem sputana čovjeka rastročila poriv za objektivnim sagledavanjem uzroka njegova stanja i ubila u njemu volju za političkim djelovanjem.

Nebojša Budanovac, socijalni pedagog i psihoterapeut iz Varaždina koji dvadeset godina radi s mladima, objašnjava kako su univerzalna znanja i vještine kojima self-help priručnici pokušavaju poučiti ljudi, u današnjem socijalno izmučenom hrvatskom društvu potrebne za preživljavanje. Zvuči prilično dramatično.

“Kao koncept, selfhelp ima ishodište u Americi, ali danas ta literatura nailazi na sjajan prijem u sredinama koje postaju kompleksnije, zahtjevnije; u takvim društvima ljudi imaju sve veću potrebu da pronađu nekakve čvrste smjernice i upute, jer se osjećaju nesigurno. Tržišni uspjeh što ga posljednjih godina postižu knjige iz područja selfhelpa direktno su pokazatelj da se život u Hrvatskoj ozbiljno ‘zakomplicirao’, i da su granice do kojih ljudi mogu izdržati blizu”, kaže Budanovac.

KVALITETA ŽIVOTA. Ipak, postoji dobra i loša selfhelp literatura, ističe Budanovac. “Majda Rijavec i Dubravka Miljković napisale su cijeli ciklus knjiga, manje poznatih ali možda najkvalitetnijih, o pozitivnoj psihologiji, i one su daleko iznad američkog prosjeka”, smatra on, i zaključuje: “Amerikanci su postali ovisni o toj literaturi, o psihoterapeutima, ali i lijekovima, što ukazuje na problematično opće duhovno stanje nacije.”

Institut “Ivo Pilar” unazad nekoliko godina sustavno prati putanju kvalitete života, koju psihologinja Maja Tadić dovodi u vezu s tržišnim pokazateljima interesa za samopomoć. “Prema općim pokazateljima, kvaliteta života u Hrvatskoj rasla je do 2008. godine, a onda je

- 01 Natalija Princi autorica je rasprodanih knjiga “Adamu s ljubavlju” i “Osmi grijeh – Posluh”
- 02-03 Dubravka Miljković i Majda Rijavec izdale su niz vrlo kvalitetnih priručnika
- 04 Bruno Šimleša u novoj knjizi odgovara na konkretna pitanja svojih obožavatelja
- 05 Ljubica Uvodić Vranić knjizi je priložila i CD sa svojim predavanjima
- 06 Mirjana Krizmanić zadnju je knjigu čitavu sastavila od pozitivnih izjava o svakodnevnom životu, napisanih u prvom licu

počela opadati. Sad je opet u blagoj uzlaznoj putanji.” Psiholozi su, dakle, usuglašeni da je interes za selfhelp u obrnuto proporcionalnoj vezi s krizom; kad zagusti, ljudi se okreću “vježbanju života”.

No, moje istraživanje industrije sreće ide dalje. Knjiga Tomislava Tomića prva je koja djeluje suvislo. On je ozbiljno predan produbljivanju onih ideja koje je prije nekoliko godina iznjela svjetska megauspješnica “The Secret”. Autor knjige “Drevni ključevi radosti” zanimljivo i suvereno uvjerava da čovjek može pozitivnim mislima aktivno oblikovati svoj život.

Bruna Šimlešu čuvam za kraj. “U rukavicama mi je ionako prevruće” njegov je najsvježiji hit u kojem odgovara na konkretna pitanja svojih obožavatelja, od onih o izgubljenoj intimnosti bračnog para koji je u tragičnoj nesreći izgubio dijete, do onih o aferama na poslu i bolnim prekidima. Na jednom je mjestu u knjizi Šimleša mudro preduhitrio predbacivanja onih koji su sumnjičavi prema selfhelpu, a njega samog ismijavaju zbog nježnih godina – odgovorivši im pozivom da “otvore srce i um”. Šimleša je, od svih ovih knjiga, jedini koji pokazuje nešto smisla za humor; šarmant je i pun ohrabrenja za sve ispačene čitateljice kojima se obraća s “Draga moja”. Sad znam zašto moja prijateljica o njemu priča kao o spoju Dalaj lame i Balš-bega; on je san svake žene, ljepuškast i duhovit tip sa simpatičnim, mitski frend koji će ih uvijek saslušati i prijateljski ih u svemu podržati.

“Ljubav je arija svjesnosti! Senzacija kroz koju otkrivamo svoju bit, zahvaljujući kojoj otkrivamo da se od te biti nikad nismo ni rastali!”, ekstatično kliče Šimleša, zvučeci poput komentatorice umjetničkog klizanja koja je doživjela živčani slom usred prijenosa “Zlatne piruete”.

Što dalje krčim put kroz bespuća selfhelp bzbiljnosti, sve sam imunija na floskule poput “komunikacija sa svemirom u nama i oko nas” od kojih sam na početku dobivala seborejične napadaje, ali otkrivam i zajednički nazivnik svih ovih knjiga – treba promijeniti ono što ti u životu smeta, a prihvati ono što se promijeniti ne može. To je lijepa i mudra poruka. Ali i dalje ne razumijem zašto su ljudi spremni hraniti ovu skupu industriju sreće da bi saznali nešto što stane u jedan Facebook status.

Ne vjerujem u tobožnju bezazlenost selfhelpa, kaže mi Stjepo Martinović. To je podvala smišljena kako bi u beznadnu čovjeka rastročila poriv za traženjem uzroka i ubila volju za političkim djelovanjem